



**Понедельник 1 (первая неделя)**

Наименование	Выход на 100	белки	жиры	углевод ы	ккал	Выход на порцию 3-7	белки	жиры	углеводы	ккал	Выход на порцию 2-3	белки	жиры	углеводы	ккал
<b>Завтрак</b>															
ТК-№44 Пермь 2001 Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	2.47	3.03	9.31	74.27	250.00	6.18	7.58	23.28	185.68	180.00	4.45	5.45	16.76	133.69
Т.К№270 ТК-№12 Уфа 2014 мзд4	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	2.37	0.30	14.49	70.14
Т.К№253 Пермь 2001 Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	1.40	1.40	7.35	46.50	180.00	2.52	2.52	13.23	83.70	150.00	2.10	2.10	11.03	69.75
Т.К№389 сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017 г.	100.00	0.50	0.00	10.10	42.40	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80
Т.К№29 р №21 Уфа 2014мзд4	100.00	1.50	5.17	7.17	80.00	60.00	0.90	3.10	4.30	48.00	30.00	0.45	1.55	2.15	24.00
Т.К№33 Пермь 2001	100.00	0.82	2.28	4.20	39.96	280.00	2.05	5.70	10.50	99.90	200.00	1.64	4.56	8.40	79.92
Т.К№151 Пермь 2001	100.00	7.95	3.42	11.06	106.62	180.00	14.32	6.15	19.90	191.92	150.00	11.93	5.12	16.59	159.93
Т.К№253 Пермь 2001 Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	0.16	0.00	11.33	45.99	180.00	0.29	0.00	20.39	82.78	150.00	0.24	0.00	17.00	68.99
Т.К№260 Пермь 2001	100.00	5.60	1.10	49.40	239.90	50.00	2.80	0.55	24.70	119.95	40.00	2.24	0.44	19.76	95.96
Т.К№282 Пермь 2001	100.00	2.70	2.80	4.30	53.40	200.00	5.40	5.60	8.60	106.80	150.00	4.05	4.20	6.45	80.10
Т.К№105 р№290 Уфа 2014 мзд4	100.00	17.79	23.64	0.91	287.01	70.00	12.45	16.55	0.64	200.91	50.00	8.90	11.82	0.45	143.51
Т.К№169 р№297 Уфа 2014 мзд4	100.00	3.22	2.39	20.10	116.59	140.00	4.51	3.35	28.14	163.22	120.00	3.86	2.87	24.12	139.90
Т.К№266 ТК-№10 Уфа 2014 мзд4	100.00	0.05	0.02	4.55	12.50	200.00	0.10	0.03	9.10	25.00	200.00	0.20	0.06	18.20	50.00
Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	0.95	0.12	5.80	28.06
<b>Обед</b>															
<b>Полдник</b>															
Т.К№290 Уфа 2014 мзд4	100.00	2.70	2.80	4.30	53.40	200.00	5.40	5.60	8.60	106.80	150.00	4.05	4.20	6.45	80.10
Т.К№282 Пермь 2001	100.00	7.28	11.78	61.33	380.33	50.00	3.64	5.89	30.67	190.17	50.00	3.64	5.89	30.67	190.17
Т.К№105 р№290 Уфа 2014 мзд4	100.00	17.79	23.64	0.91	287.01	70.00	12.45	16.55	0.64	200.91	50.00	8.90	11.82	0.45	143.51
Т.К№169 р№297 Уфа 2014 мзд4	100.00	3.22	2.39	20.10	116.59	140.00	4.51	3.35	28.14	163.22	120.00	3.86	2.87	24.12	139.90
Т.К№266 ТК-№10 Уфа 2014 мзд4	100.00	0.05	0.02	4.55	12.50	200.00	0.10	0.03	9.10	25.00	200.00	0.20	0.06	18.20	50.00
Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	0.95	0.12	5.80	28.06
<b>Ужин</b>															
Т.К№290 Уфа 2014 мзд4	100.00	2.70	2.80	4.30	53.40	200.00	5.40	5.60	8.60	106.80	150.00	4.05	4.20	6.45	80.10
Т.К№282 Пермь 2001	100.00	7.28	11.78	61.33	380.33	50.00	3.64	5.89	30.67	190.17	50.00	3.64	5.89	30.67	190.17
Т.К№105 р№290 Уфа 2014 мзд4	100.00	17.79	23.64	0.91	287.01	70.00	12.45	16.55	0.64	200.91	50.00	8.90	11.82	0.45	143.51
Т.К№169 р№297 Уфа 2014 мзд4	100.00	3.22	2.39	20.10	116.59	140.00	4.51	3.35	28.14	163.22	120.00	3.86	2.87	24.12	139.90
Т.К№266 ТК-№10 Уфа 2014 мзд4	100.00	0.05	0.02	4.55	12.50	200.00	0.10	0.03	9.10	25.00	200.00	0.20	0.06	18.20	50.00
Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	0.95	0.12	5.80	28.06
Т.К№389 сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017 г.	100.00	0.50	0.00	10.10	42.40	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80
Т.К№29 р №21 Уфа 2014мзд4	100.00	1.50	5.17	7.17	80.00	60.00	0.90	3.10	4.30	48.00	30.00	0.45	1.55	2.15	24.00
Т.К№33 Пермь 2001	100.00	0.82	2.28	4.20	39.96	280.00	2.05	5.70	10.50	99.90	200.00	1.64	4.56	8.40	79.92
Т.К№151 Пермь 2001	100.00	7.95	3.42	11.06	106.62	180.00	14.32	6.15	19.90	191.92	150.00	11.93	5.12	16.59	159.93
Т.К№253 Пермь 2001 Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	0.16	0.00	11.33	45.99	180.00	0.29	0.00	20.39	82.78	150.00	0.24	0.00	17.00	68.99
Т.К№260 Пермь 2001	100.00	5.60	1.10	49.40	239.90	50.00	2.80	0.55	24.70	119.95	40.00	2.24	0.44	19.76	95.96
Т.К№282 Пермь 2001	100.00	2.70	2.80	4.30	53.40	200.00	5.40	5.60	8.60	106.80	150.00	4.05	4.20	6.45	80.10
Т.К№105 р№290 Уфа 2014 мзд4	100.00	17.79	23.64	0.91	287.01	70.00	12.45	16.55	0.64	200.91	50.00	8.90	11.82	0.45	143.51
Т.К№169 р№297 Уфа 2014 мзд4	100.00	3.22	2.39	20.10	116.59	140.00	4.51	3.35	28.14	163.22	120.00	3.86	2.87	24.12	139.90
Т.К№266 ТК-№10 Уфа 2014 мзд4	100.00	0.05	0.02	4.55	12.50	200.00	0.10	0.03	9.10	25.00	200.00	0.20	0.06	18.20	50.00
Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	0.95	0.12	5.80	28.06
Т.К№389 сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017 г.	100.00	0.50	0.00	10.10	42.40	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80
Т.К№29 р №21 Уфа 2014мзд4	100.00	1.50	5.17	7.17	80.00	60.00	0.90	3.10	4.30	48.00	30.00	0.45	1.55	2.15	24.00
Т.К№33 Пермь 2001	100.00	0.82	2.28	4.20	39.96	280.00	2.05	5.70	10.50	99.90	200.00	1.64	4.56	8.40	79.92
Т.К№151 Пермь 2001	100.00	7.95	3.42	11.06	106.62	180.00	14.32	6.15	19.90	191.92	150.00	11.93	5.12	16.59	159.93
Т.К№253 Пермь 2001 Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	0.16	0.00	11.33	45.99	180.00	0.29	0.00	20.39	82.78	150.00	0.24	0.00	17.00	68.99
Т.К№260 Пермь 2001	100.00	5.60	1.10	49.40	239.90	50.00	2.80	0.55	24.70	119.95	40.00	2.24	0.44	19.76	95.96
Т.К№282 Пермь 2001	100.00	2.70	2.80	4.30	53.40	200.00	5.40	5.60	8.60	106.80	150.00	4.05	4.20	6.45	80.10
Т.К№105 р№290 Уфа 2014 мзд4	100.00	17.79	23.64	0.91	287.01	70.00	12.45	16.55	0.64	200.91	50.00	8.90	11.82	0.45	143.51
Т.К№169 р№297 Уфа 2014 мзд4	100.00	3.22	2.39	20.10	116.59	140.00	4.51	3.35	28.14	163.22	120.00	3.86	2.87	24.12	139.90
Т.К№266 ТК-№10 Уфа 2014 мзд4	100.00	0.05	0.02	4.55	12.50	200.00	0.10	0.03	9.10	25.00	200.00	0.20	0.06	18.20	50.00
Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	0.95	0.12	5.80	28.06
Т.К№389 сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017 г.	100.00	0.50	0.00	10.10	42.40	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80
Т.К№29 р №21 Уфа 2014мзд4	100.00	1.50	5.17	7.17	80.00	60.00	0.90	3.10	4.30	48.00	30.00	0.45	1.55	2.15	24.00
Т.К№33 Пермь 2001	100.00	0.82	2.28	4.20	39.96	280.00	2.05	5.70	10.50	99.90	200.00	1.64	4.56	8.40	79.92
Т.К№151 Пермь 2001	100.00	7.95	3.42	11.06	106.62	180.00	14.32	6.15	19.90	191.92	150.00	11.93	5.12	16.59	159.93
Т.К№253 Пермь 2001 Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	0.16	0.00	11.33	45.99	180.00	0.29	0.00	20.39	82.78	150.00	0.24	0.00	17.00	68.99
Т.К№260 Пермь 2001	100.00	5.60	1.10	49.40	239.90	50.00	2.80	0.55	24.70	119.95	40.00	2.24	0.44	19.76	95.96
Т.К№282 Пермь 2001	100.00	2.70	2.80	4.30	53.40	200.00	5.40	5.60	8.60	106.80	150.00	4.05	4.20	6.45	80.10
Т.К№105 р№290 Уфа 2014 мзд4	100.00	17.79	23.64	0.91	287.01	70.00	12.45	16.55	0.64	200.91	50.00	8.90	11.82	0.45	143.51
Т.К№169 р№297 Уфа 2014 мзд4	100.00	3.22	2.39	20.10	116.59	140.00	4.51	3.35	28.14	163.22	120.00	3.86	2.87	24.12	139.90
Т.К№266 ТК-№10 Уфа 2014 мзд4	100.00	0.05	0.02	4.55	12.50	200.00	0.10	0.03	9.10	25.00	200.00	0.20	0.06	18.20	50.00
Т.К№1ПР-сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	0.95	0.12	5.80	28.06
Т.К№389 сб/год ред. М.П.Марильного Дели плюс 2017 г.	100.00	0.50	0.00	10.10	42.40	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80	200.00	1.00	0.00	20.20	84.80
Т.К№29 р №21 Уфа 2014мзд4	100.00	1.50	5.17	7.17	80.00	60.00	0.								

Вторник 2 (первая неделя)

Завтрак															
	Выход на 100 гр.	белки	жиры	Углевод ы	ккал	Выход на порцию 3- 7лет.	белки	жиры	Углеводы	ккал	Выход порции 2-3 года.	белки	жиры	Углеводы	ккал
ТК-№183RN№311 Уфа 2014 изд 4	100,00	2,44	3,80	11,41	89,76	180,00	4,39	6,85	20,55	161,56	170,00	4,15	6,47	19,40	152,59
ТК-№3 р №1 Уфа 2014 изд 4	100,00	12,50	7,50	36,25	265,00	40,00	5,00	3,00	14,50	106,00	30,00	3,75	2,25	10,88	79,50
ТК-№272RN№694 Уфа 2014 изд 4	100,00	1,60	1,55	6,75	46,50	180,00	2,88	2,79	12,15	83,70	150,00	2,40	2,33	10,13	69,75
						400,00	12,27	12,64	47,20	351,26	350,00	10,30	11,04	40,40	301,84
Завтрак 2															
Т-К№260 Пермь 2001	100,00	2,80	3,20	4,70	58,80	200,00	5,60	6,40	9,40	117,60	180,00	5,04	5,76	8,46	105,84
						200,00	5,60	6,40	9,40	117,60	180,00	5,04	5,76	8,46	105,84
Обед															
ТК-№17 Пермь 2001	100,00	1,06	10,10	3,72	110,14	60,00	0,64	6,06	2,23	66,08	40,00	0,42	4,04	1,49	44,06
ТК-№35 Пермь 2001	100,00	0,77	2,53	4,02	41,66	250,00	1,93	6,33	10,05	104,15	200,00	1,54	5,06	8,04	83,32
ТК-№140 №№219 Уфа 2014 изд 4	100,00	1,75	4,85	16,40	116,50	150,00	2,63	7,28	24,60	174,75	140,00	2,45	6,79	22,96	163,10
Т-К№268 сб/год ред. М.П. Моргильного Делии п/нос 2017 г.	100,00	10,42	12,86	10,18	205,00	80,00	8,34	10,29	8,14	164,00	70,00	7,29	9,00	7,13	143,50
Т-К№266 Пермь 2001	100,00	0,05	0,02	4,55	12,50	180,00	0,09	0,04	8,19	22,50	150,00	0,08	0,03	6,83	18,75
Т-К№1Р-сб/год ред. М.П. Моргильного Делии п/нос 2017 г.	100,00	5,60	1,10	49,40	239,90	50,00	2,80	0,55	24,70	119,95	40,00	2,24	0,44	19,76	95,96
						770,00	16,42	30,53	71,92	651,43	640,00	14,03	25,36	66,20	548,69
Полдник															
ТК-№266 Уфа 2014	100,00	0,05	0,02	4,55	12,50	200,00	0,10	0,04	9,10	25,00	150,00	0,08	0,03	6,83	18,75
ТК-№256RN№773 Уфа 2014 изд 4	100,00	7,80	5,40	53,60	298,00	50,00	3,90	2,70	26,80	149,00	50,00	3,90	2,70	26,80	149,00
						250,00	4,00	2,74	35,90	174,00	200,00	3,98	2,73	33,63	167,75
Ужин															
Т-К №103 Пермь 2001	100,00	8,47	9,09	8,69	149,00	150,00	12,71	13,64	13,04	223,50	130,00	11,01	11,82	11,30	193,70
Т-К№889 сб/год ред. М.П. Моргильного Делии п/нос 2017 г.	100,00	0,50	0,00	10,10	42,40	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80
Т-К№1Р-сб/год ред. М.П. Моргильного Делии п/нос 2017 г.	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14
Т-К№233 сб/год ред. М.П. Моргильного Делии п/нос 2017 г.	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	95,00	0,38	0,38	9,31	44,65
						490,00	17,27	14,44	62,36	448,82	455,00	14,76	12,80	55,30	383,29
							55,55	66,75	232,77	1743,11		48,10	57,39	203,98	1517,40

**Среда 3 (первая неделя)**

		Завтрак										Обед										Ужин											
№311 "Хлебодороидформ" 2004 Т-К№1ПР-сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Выход на 100гр.	белки	жиры	углевод ы	ккал	Выход на порцию 3-Тлет.	белки	жиры	углевод ы	ккал	Выход по порции 2-3 года.	белки	жиры	углевод ы	ккал	белки	жиры	углевод ы	ккал													
																					ТК-№260 Пермь 2001	Т-К№451 сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017 г.	Т-К№145 Пермь 2001	ТК-№204 Пермь 2001	ТК-№268 ТК-№10 Уфа 2014 изд.4	Т-К№1ПР-сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017							
Каша на козьем молоке жидкая (рисовая) с сахаром	Чай с козьем молоком и сахаром	100,00	1,10	0,20	17,00	73,00	180,00	1,98	0,36	30,80	131,40	170,00	1,87	0,34	28,90	124,10	ТК-№260 Пермь 2001	Молоко козье кипяченое	100,00	2,80	3,20	4,70	58,80	200,00	5,60	6,40	9,40	117,60	180,00	5,04	5,76	8,46	105,84
Хлеб пшеничный йодированный	Чай с козьем молоком и сахаром	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,09	5,66	18,64	140,14	30,00	2,40	4,40	14,50	109,00	Т-К№451 сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017 г.	Печенье "Нарезное"	100,00	6,70	7,55	72,05	383,00	50,00	3,35	3,78	36,03	191,50	20,00	1,34	1,51	14,41	76,60
Т-К№338 сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017г.	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	130,00	0,52	0,52	12,74	61,10	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40	ТК-№268 ТК-№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№222 р/№40 Уфа 2014 изд.4	Салат витаминный	100,00	1,50	4,50	11,00	90,00	50,00	0,75	2,25	5,50	45,00	30,00	0,45	1,35	3,30	27,00	Т-К№1ПР-сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017	Хлеб ржанно-пшеничный	100,00	5,60	1,10	49,40	239,90	700,00	26,51	35,00	94,58	743,32	540,00	19,77	26,39	75,39	576,02
ТК-№38 Пермь 2001	Суп картофельный с клецками	100,00	1,34	4,55	6,00	39,98	200,00	2,68	9,10	12,00	79,96	160,00	2,01	6,83	9,00	59,97	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб ржанно-пшеничный	100,00	5,60	1,10	49,40	239,90	700,00	26,51	35,00	94,58	743,32	540,00	19,77	26,39	75,39	576,02
ТК-№192 Пермь 2001	Птица отварная	100,00	24,29	24,29	1,29	323,57	70,00	17,00	17,00	0,91	226,50	50,00	12,15	12,15	0,65	161,79	ТК-№204 Пермь 2001	Макароны из твердых сортов пшеницы	100,00	3,68	3,53	23,55	140,73	170,00	6,26	6,00	40,04	239,24	130,00	4,78	4,59	30,62	182,95
ТК-№214 Пермь 2001	Картофель отварной	100,00	2,09	4,69	18,14	121,64	130,00	2,72	6,10	23,58	158,13	120,00	2,51	5,63	21,77	145,97	ТК-№268 ТК-№10 Уфа 2014 изд.4	Чай с лимоном и сахаром	100,00	0,10	0,02	4,65	18,50	200,00	0,20	0,03	9,30	37,00	200,00	0,20	0,03	9,30	37,00
ТК-№255 Пермь 2001	Компот из сухофруктов	100,00	0,28	0,00	13,95	56,89	200,00	0,56	0,00	27,89	113,78	150,00	0,42	0,00	20,92	85,34	Т-К№1ПР-сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
Т-К№338 сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017г.	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	130,00	0,52	0,52	12,74	61,10	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№222 р/№40 Уфа 2014 изд.4	Салат витаминный	100,00	1,50	4,50	11,00	90,00	50,00	0,75	2,25	5,50	45,00	30,00	0,45	1,35	3,30	27,00	ТК-№204 Пермь 2001	Макароны из твердых сортов пшеницы	100,00	3,68	3,53	23,55	140,73	170,00	6,26	6,00	40,04	239,24	130,00	4,78	4,59	30,62	182,95
ТК-№38 Пермь 2001	Суп картофельный с клецками	100,00	1,34	4,55	6,00	39,98	200,00	2,68	9,10	12,00	79,96	160,00	2,01	6,83	9,00	59,97	ТК-№268 ТК-№10 Уфа 2014 изд.4	Чай с лимоном и сахаром	100,00	0,10	0,02	4,65	18,50	200,00	0,20	0,03	9,30	37,00	200,00	0,20	0,03	9,30	37,00
ТК-№192 Пермь 2001	Птица отварная	100,00	24,29	24,29	1,29	323,57	70,00	17,00	17,00	0,91	226,50	50,00	12,15	12,15	0,65	161,79	Т-К№1ПР-сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№214 Пермь 2001	Картофель отварной	100,00	2,09	4,69	18,14	121,64	130,00	2,72	6,10	23,58	158,13	120,00	2,51	5,63	21,77	145,97	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№255 Пермь 2001	Компот из сухофруктов	100,00	0,28	0,00	13,95	56,89	200,00	0,56	0,00	27,89	113,78	150,00	0,42	0,00	20,92	85,34	ТК-№204 Пермь 2001	Макароны из твердых сортов пшеницы	100,00	3,68	3,53	23,55	140,73	170,00	6,26	6,00	40,04	239,24	130,00	4,78	4,59	30,62	182,95
Т-К№338 сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017г.	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	130,00	0,52	0,52	12,74	61,10	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№222 р/№40 Уфа 2014 изд.4	Салат витаминный	100,00	1,50	4,50	11,00	90,00	50,00	0,75	2,25	5,50	45,00	30,00	0,45	1,35	3,30	27,00	ТК-№204 Пермь 2001	Макароны из твердых сортов пшеницы	100,00	3,68	3,53	23,55	140,73	170,00	6,26	6,00	40,04	239,24	130,00	4,78	4,59	30,62	182,95
ТК-№38 Пермь 2001	Суп картофельный с клецками	100,00	1,34	4,55	6,00	39,98	200,00	2,68	9,10	12,00	79,96	160,00	2,01	6,83	9,00	59,97	ТК-№268 ТК-№10 Уфа 2014 изд.4	Чай с лимоном и сахаром	100,00	0,10	0,02	4,65	18,50	200,00	0,20	0,03	9,30	37,00	200,00	0,20	0,03	9,30	37,00
ТК-№192 Пермь 2001	Птица отварная	100,00	24,29	24,29	1,29	323,57	70,00	17,00	17,00	0,91	226,50	50,00	12,15	12,15	0,65	161,79	Т-К№1ПР-сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№214 Пермь 2001	Картофель отварной	100,00	2,09	4,69	18,14	121,64	130,00	2,72	6,10	23,58	158,13	120,00	2,51	5,63	21,77	145,97	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№255 Пермь 2001	Компот из сухофруктов	100,00	0,28	0,00	13,95	56,89	200,00	0,56	0,00	27,89	113,78	150,00	0,42	0,00	20,92	85,34	ТК-№204 Пермь 2001	Макароны из твердых сортов пшеницы	100,00	3,68	3,53	23,55	140,73	170,00	6,26	6,00	40,04	239,24	130,00	4,78	4,59	30,62	182,95
Т-К№338 сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017г.	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	130,00	0,52	0,52	12,74	61,10	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№222 р/№40 Уфа 2014 изд.4	Салат витаминный	100,00	1,50	4,50	11,00	90,00	50,00	0,75	2,25	5,50	45,00	30,00	0,45	1,35	3,30	27,00	ТК-№204 Пермь 2001	Макароны из твердых сортов пшеницы	100,00	3,68	3,53	23,55	140,73	170,00	6,26	6,00	40,04	239,24	130,00	4,78	4,59	30,62	182,95
ТК-№38 Пермь 2001	Суп картофельный с клецками	100,00	1,34	4,55	6,00	39,98	200,00	2,68	9,10	12,00	79,96	160,00	2,01	6,83	9,00	59,97	ТК-№268 ТК-№10 Уфа 2014 изд.4	Чай с лимоном и сахаром	100,00	0,10	0,02	4,65	18,50	200,00	0,20	0,03	9,30	37,00	200,00	0,20	0,03	9,30	37,00
ТК-№192 Пермь 2001	Птица отварная	100,00	24,29	24,29	1,29	323,57	70,00	17,00	17,00	0,91	226,50	50,00	12,15	12,15	0,65	161,79	Т-К№1ПР-сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№214 Пермь 2001	Картофель отварной	100,00	2,09	4,69	18,14	121,64	130,00	2,72	6,10	23,58	158,13	120,00	2,51	5,63	21,77	145,97	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№255 Пермь 2001	Компот из сухофруктов	100,00	0,28	0,00	13,95	56,89	200,00	0,56	0,00	27,89	113,78	150,00	0,42	0,00	20,92	85,34	ТК-№204 Пермь 2001	Макароны из твердых сортов пшеницы	100,00	3,68	3,53	23,55	140,73	170,00	6,26	6,00	40,04	239,24	130,00	4,78	4,59	30,62	182,95
Т-К№338 сб/год ред. М.П. Магильного Дели п/мес 2017г.	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	130,00	0,52	0,52	12,74	61,10	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40	ТК-№267 ТК№10 Уфа 2014 изд.4	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	480,00	13,95	6,94	69,08	427,08	410,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№222 р/№40 Уфа 2014 изд.4	Салат витаминный	100,00	1,50	4,50	11,00	90,00	50,00	0,75	2,25	5,50	45,00	30,00	0,45	1,35	3,30	27,00	ТК-№204 Пермь 2001	Макароны из твердых сортов пшеницы	100,00	3,68	3,53	23,55	140,73	170,00	6,26	6,00	40,04	239,24	130,00	4,78	4,59	30,62	182,95
ТК-№38 Пермь 2001	Суп картофельный с клецками	100,00	1,34	4,55</																													

**Четверг 4 (первая неделя)**

<b>Завтрак</b>															
	Выход на 100 гр.	белки	жиры	углевод. ы	ккал	порция 3- 1шт.	белки	жиры	углевод.ы	ккал	порция 2-3 годв.	белки	жиры	углевод.ы	ккал
№311 "Хлебпродинформ" 2004	100,00	2,20	4,60	12,70	104,00	200,00	4,40	9,20	25,40	208,00	160,00	3,52	7,36	20,32	166,40
Т-К№1Р-сб/год ред. М.П. Марильного	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14
Дели п/нос 2017	100,00	1,60	1,55	6,75	46,50	180,00	2,88	2,79	12,15	83,70	170,00	2,72	2,64	11,48	79,05
ТК-№272 ТТК-№13 Уфа 2014 изд. 4	100,00	1,60	1,55	6,75	46,50	420,00	10,44	12,39	56,87	385,22	360,00	8,61	10,30	46,29	315,59
<b>Завтрак 2</b>															
Т-К№338 сб/год ред. М.П. Марильного	100,00	1,28	0,28	0,42	54,00	130,00	1,66	0,36	0,55	70,20	130,00	1,66	0,36	0,55	70,20
Дели п/нос 2017г.	100,00	1,28	0,28	0,42	54,00	130,00	1,66	0,36	0,55	70,20	130,00	1,66	0,36	0,55	70,20
<b>Обед</b>															
ТК-№12 Р№16 Уфа 2014 изд.4	100,00	0,83	4,50	3,00	55,00	50,00	0,42	2,25	1,50	27,50	30,00	0,25	1,35	0,90	16,50
ТК-№40 Пермь 2001	100,00	3,42	2,39	6,67	61,44	260,00	8,56	5,98	16,68	153,60	180,00	6,16	4,30	12,01	110,59
ТК-№84 Р№321Уфа 2014 изд.4	100,00	9,17	8,63	5,00	134,58	210,00	19,25	18,11	10,50	282,62	180,00	16,50	15,53	9,00	242,25
Т-К№389 сб/год ред. М.П. Марильного	100,00	0,50	0,00	10,10	42,40	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80
Дели п/нос 2017 г.	100,00	0,50	0,00	10,10	42,40	50,00	2,80	0,55	24,70	119,95	40,00	2,24	0,44	19,76	95,96
Т-К№1Р-сб/год ред. М.П. Марильного	100,00	5,60	1,10	49,40	239,90	760,00	32,03	26,69	73,58	668,47	630,00	26,15	21,62	61,87	560,10
<b>Полдник</b>															
ТК-№260 Пермь 2001	100,00	2,80	3,20	4,70	58,80	200,00	5,60	6,40	9,40	117,60	150,00	4,20	4,80	7,05	88,20
ТК-№253Р№117 Уфа2014 изд.4	100,00	6,67	6,17	40,17	245,00	50,00	3,33	3,08	20,08	122,50	50,00	3,33	3,08	20,08	122,50
ТК-№277Д№631 Уфа 2014 изд. 4	100,00	3,04	6,62	19,26	150,98	170,00	5,17	11,25	32,75	256,67	130,00	3,95	8,60	25,04	196,27
ТК-№238 Пермь 2001	100,00	0,54	3,67	5,24	56,15	40,00	0,22	1,47	2,10	22,46	40,00	0,22	1,47	2,10	22,46
ТК-№277Д№631 Уфа 2014 изд. 4	100,00	0,10	0,05	8,60	34,00	200,00	0,20	0,10	17,20	68,00	200,00	0,20	0,10	17,20	68,00
Т-К№1Р-сб/год ред. М.П. Марильного	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14
Дели п/нос 2017	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	450,00	6,14	13,22	71,36	440,65	400,00	6,74	10,47	58,83	356,87
<b>Ужин</b>															
ТК-№277Д№631 Уфа 2014 изд. 4	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	450,00	6,14	13,22	71,36	440,65	400,00	6,74	10,47	58,83	356,87
Дели п/нос 2017	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	450,00	6,14	13,22	71,36	440,65	400,00	6,74	10,47	58,83	356,87
ТК-№277Д№631 Уфа 2014 изд. 4	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	450,00	6,14	13,22	71,36	440,65	400,00	6,74	10,47	58,83	356,87
Дели п/нос 2017	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	450,00	6,14	13,22	71,36	440,65	400,00	6,74	10,47	58,83	356,87



**Понедельник 6 (Вторая неделя)**

													<b>Завтрак</b>				<b>Обед</b>				<b>Ужин</b>			
Т.К.№	р.№	Т.К.№	р.№	Уфа 2014	изд.4	Суп на козьем молоке с крупой (рисовая)	Выход на 100г.	белки	жиры	углевод. ы	ккал	Выход на порцию 3-7лет.	белки	жиры	углевод.ы	ккал	Выход года.	белки	жиры	углевод.ы	ккал			
																						белки	жиры	углевод.ы
Т.К.№44	Пермя	2001				Суп на козьем молоке с крупой (рисовая)	100,00	2,47	3,03	9,31	74,27	200,00	4,94	6,06	18,62	148,54	150,00	3,71	4,55	13,97	111,41			
Т.К.№3	р.№1	Уфа	2014	изд.4		Булгурод с сыром	100,00	12,50	7,50	36,25	265,00	40,00	5,00	3,00	14,50	106,00	30,00	3,75	2,25	10,88	79,50			
Т.К.№270	Т.К.№12	Уфа	2014	изд.4		Кофейный напиток с козьим молоком	100,00	1,40	1,40	7,35	46,50	180,00	2,52	2,52	13,23	83,70	180,00	2,52	2,52	13,23	83,70			
<b>Завтрак 2</b>																								
Т.К.№389	сб/год ред.	М.П.Магильного	Дели плюс 2017 г.			Соки овощные, фруктовые и ягодные	100,00	0,50	0,00	10,10	42,40	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	150,00	0,75	0,00	15,15	63,60			
<b>Обед</b>																								
Т.К.№16сб1	1996	Уфа	2014	изд.4		Секлет отварная	100,00	1,33	0,17	7,17	36,00	60,00	0,80	0,10	4,30	21,00	50,00	0,67	0,08	3,58	17,50			
Т.К.№49	Пермя	2001				Суп пюре из картофеля	100,00	1,35	2,06	8,42	57,66	250,00	3,38	5,15	21,06	144,14	200,00	2,70	4,12	16,85	115,31			
Т.К.№210	Пермя	2001				Капуста тушеная	100,00	2,62	3,23	13,45	87,16	150,00	3,93	4,85	20,18	130,74	130,00	3,41	4,20	17,49	113,31			
Т.К.№268	сб/год ред.	М.П.Магильного	Дели плюс 2017 г.			Котлеты, биточки, шницеля из индейки	100,00	10,42	12,86	10,18	205,00	80,00	8,34	10,29	8,14	164,00	50,00	5,21	6,43	5,09	102,50			
Т.К.№277	Уфа	2014				Компот из свежих плодов	100,00	0,10	0,05	8,60	34,00	200,00	0,20	0,10	17,20	68,00	180,00	0,18	0,09	15,48	61,20			
Т.К.№ПР	сб/год ред.	М.П.Магильного	Дели плюс 2017 г.			Хлеб ржано-пшеничный	100,00	5,60	1,10	49,40	239,90	50,00	2,80	0,55	24,70	119,95	40,00	2,24	0,44	19,76	95,96			
<b>Полдник</b>																								
Т.К.№260	Пермя	2001				Молоко козье кипяченое	100,00	2,70	2,80	4,30	53,40	200,00	5,40	5,60	8,60	106,80	160,00	4,32	4,48	6,88	85,44			
Т.К.№259р	№779	Уфа	2014	изд.4		Булочка молочная (козье молоко)	100,00	9,40	2,20	52,00	270,00	50,00	4,70	1,10	26,00	135,00	40,00	3,76	0,88	20,80	108,00			
<b>Ужин</b>																								
Т.К.№86	р.№253	Уфа	2014	изд.4		Рыба запеченная с морковью	100,00	12,83	8,25	2,75	136,67	210,00	26,95	17,33	5,78	287,00	150,00	19,25	12,38	4,13	205,00			
Т.К.№266	Т.К.№10	Уфа	2014	изд.4		Чай с сахаром	100,00	0,05	0,02	4,55	12,50	180,00	0,09	0,03	8,19	22,50	180,00	0,09	0,03	8,19	22,50			
Т.К.№ПР	сб/год ред.	М.П.Магильного	Дели плюс 2017 г.			Хлеб пшеничный подливанный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14			
Т.К.№338	сб/год ред.	М.П.Магильного	Дели плюс 2017 г.			Пюре или ягоды свежие (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	95,00	0,38	0,38	9,31	44,65			
											530,00	30,60	18,15	43,09	450,02	465,00	22,09	13,08	36,12	342,29				
												73,61	57,46	239,81	1762,69		55,30	43,12	195,26	1379,71				

**Вторник 7 (вторая неделя)**

Завтрак																
№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	№311 "Хлебпродинформ" 2004 Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017				
													Выход на 100г.р.	белки	жиры	углевод. ы
Каша на козьем молоке жидкая (манная) с маслом	100,00	1,50	4,10	10,00	85,00	200,00	3,00	8,20	20,00	170,00	180,00	2,70	7,38	18,00	153,00	
Хлеб пшеничный модифицированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14	
Чай с козьем молоком и сахаром	100,00	0,70	0,70	5,60	30,50	200,00	1,40	1,40	11,20	61,00	180,00	1,26	1,26	10,08	54,90	
<b>Завтрак 2</b>																
Т-К№260 Пермь 2001	Молоко козье кипяченое	100,00	2,70	2,80	4,30	53,40	180,00	4,86	5,04	7,74	96,12	130,00	3,51	3,64	5,59	69,42
Т-К№260 Пермь 2001	Молоко козье кипяченое	100,00	2,70	2,80	4,30	53,40	180,00	4,86	5,04	7,74	96,12	130,00	3,51	3,64	5,59	69,42
<b>Обед</b>																
Т-К№11 р№19 Уфа 2014 изд 4	Салат из свежих помидор	100,00	0,83	4,50	4,50	63,33	50,00	0,42	2,25	2,25	31,67	30,00	0,25	1,35	1,35	19,00
Т-К№36 Пермь 2001	Суп из овощей	100,00	0,77	2,34	5,03	46,10	180,00	1,39	4,21	9,05	82,97	150,00	1,16	3,51	7,55	69,14
Т-К№92 р№436 Уфа 2014 изд 4	Жаркое по-домашнему (филе индейки)	100,00	10,09	10,31	9,22	170,45	180,00	18,16	18,56	16,60	306,82	130,00	13,12	13,40	11,99	221,59
Т-К№255 Пермь 2001	Компот из сухофруктов	100,00	0,28	0,00	13,95	56,89	180,00	0,50	0,00	25,10	102,40	150,00	0,42	0,00	20,92	85,34
Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	Хлеб ржанно-пшеничный	100,00	5,60	1,10	49,40	239,90	50,00	2,80	0,55	24,70	119,95	40,00	2,24	0,44	19,76	95,96
<b>Полдник</b>																
Т-К№66 Уфа 2014	Чай с сахаром	100,00	0,05	0,02	4,55	12,50	200,00	0,10	0,04	9,10	25,00	150,00	0,08	0,03	6,83	18,75
Т-К№255Бр№87 Уфа 2014 изд 4	Плошка новокозловская	100,00	7,86	5,86	51,14	291,43	50,00	3,93	2,93	25,57	145,71	50,00	3,93	2,93	25,57	145,71
<b>Ужин</b>																
Т-К№45 р№78 Уфа 2014 изд 4	Икра свекольная	100,00	1,75	7,25	9,25	107,50	60,00	1,05	4,35	5,55	64,50	50,00	0,88	3,63	4,63	53,75
Т-К№140 р№219 Уфа 2014 изд 4	Морковь, тушеная с рисом	100,00	1,75	4,85	16,40	116,50	180,00	3,15	8,73	29,52	209,70	150,00	2,63	7,28	24,60	174,75
Т-К№261 Пермь 2001	Нашиток из шиповника	100,00	0,34	0,00	10,50	23,44	200,00	0,68	0,00	21,00	46,87	180,00	0,61	0,00	18,90	42,18
Т-К№1Р-с/б/под ред. М.П. Матильного Дели плюс 2017	Хлеб пшеничный модифицированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14
						480,00	8,04	13,48	75,39	414,59	410,00	6,48	11,20	62,62	340,82	
							47,76	57,06	246,02	1649,75		37,51	45,44	204,73	1343,78	



**Среда 8 (Вторая неделя)**

<b>Завтрак</b>																
Т-К№175Р№160 Уфа 2014 изд. 4	Суп на козьем молоке с макаронными изделиями	Выход на 100г.р.	белки	жиры	углевод. ы	ккал	Выход на порцию 3-лет.	белки	жиры	углевод.ы	ккал	Выход 2-3 года.	белки	жиры	углевод.ы	ккал
Т-К№175Р№160 Уфа 2014 изд. 4	Суп на козьем молоке с макаронными изделиями	100.00	2.20	2.10	7.95	59.50	250.00	5.50	5.25	19.88	148.75	180.00	3.96	3.78	14.31	107.10
Т-К№175Р-сб/год ред. М.П. Мамильного Делил плюс 2017	Хлеб пшеничный йодированный	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	2.37	0.30	14.49	70.14
Т-К№272 ТТК №13 Уфа 2014 изд. 4	Какао с козьем молоком	100.00	1.60	1.55	6.75	46.50	180.00	2.88	2.79	12.15	83.70	150.00	2.40	2.33	10.13	69.75
<b>Завтрак 2</b>																
Т-К№338 сб/год ред. М.П. Мамильного Делил плюс 2017г.	Фрукты или ягоды свежие (виноград)	100.00	0.60	0.60	15.40	72.00	100.00	0.60	0.60	15.40	72.00	100.00	0.60	0.60	15.40	72.00
<b>Обед</b>																
Т-К №36 ТТК-№2 Уфа 2014изд. 4	Салат картофельный с зелеными горошком	100.00	3.25	10.00	10.25	145.00	60.00	1.95	6.00	6.15	87.00	40.00	1.30	4.00	4.10	58.00
Т-К №27 Пермь 2001	Борщ с капустой и картофелем	100.00	0.76	2.66	4.32	44.44	250.00	1.90	6.65	10.80	111.10	180.00	1.37	4.79	7.78	79.99
№489 "Хлебродинформ" 2004	Рагу из птицы, кролика или субпродуктов	100.00	6.30	4.90	9.70	111.00	185.00	11.66	9.07	17.95	205.35	150.00	9.45	7.35	14.55	166.50
Т-К №253 Пермь 2001	Компот из чернославя	100.00	0.16	0.00	11.33	45.99	200.00	0.32	0.00	22.66	91.98	180.00	0.29	0.00	20.39	82.78
Т-К№175Р-сб/год ред. М.П. Мамильного Делил плюс 2017	Хлеб ржано-пшеничный	100.00	5.60	1.10	49.40	239.90	50.00	2.80	0.55	24.70	119.95	40.00	2.24	0.44	19.76	95.96
<b>Полдник</b>																
Т-К-№260 Пермь 2001	Молоко козье кипяченое	100.00	2.80	3.20	4.70	58.80	200.00	5.60	6.40	9.40	117.60	150.00	4.20	4.80	7.05	88.20
Т-К 238 Р№738 Уфа 2014 изд.4	Пирожки печеные с капустой	100.00	6.60	7.60	33.00	228.00	50.00	3.30	3.80	16.50	114.00	50.00	3.30	3.80	16.50	114.00
<b>Ужин</b>																
Т-К №214 Пермь 2001	Картофель отварной	100.00	2.09	4.69	18.14	121.64	140.00	2.93	6.57	25.40	170.30	140.00	2.93	6.57	25.40	170.30
Т-К №192 Уфа 2014 изд.4	Птица отварная	100.00	24.29	24.29	1.29	323.57	70.00	17.00	17.00	0.90	226.50	50.00	12.15	12.15	0.65	161.79
Т-К №66 ТТК-№10 Уфа 2014 изд.4	Чай с сахаром	100.00	0.05	0.02	4.55	12.50	200.00	0.10	0.03	9.10	25.00	180.00	0.09	0.03	8.19	22.50
Т-К№175Р-сб/год ред. М.П. Мамильного Делил плюс 2017	Хлеб пшеничный йодированный	100.00	7.90	1.00	48.30	233.80	40.00	3.16	0.40	19.32	93.52	30.00	2.37	0.30	14.49	70.14
						450.00	23.19	24.00	54.72	515.32	400.00	17.53	19.04	48.72	424.72	
							62.85	65.50	229.62	1760.27		49.01	51.22	193.18	1429.15	

**Четверг 9 (вторая неделя)**

		Завтрак													
		Выход на 100г.р.	Белки	Жиры	Углеводы	Выход на порцию 3-7лет.	Белки	Жиры	Углеводы	Выход порцию 2-3 года.	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	
ТК-№190 Уфа 2014 изд4	Каши на козьем молоке из смеси круп	100,00	3,95	4,55	14,09	114,14	9,88	11,38	36,23	295,35	200,00	7,90	9,10	28,18	228,28
Т-К№1Р-сб/под ред. М.П. Марильного Делии плюс 2017	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14
ТК-№270 ТК-№12 Уфа 2014 изд4	Кофейный напиток с козьем молоком	100,00	1,40	1,40	7,35	46,50	2,80	2,80	14,70	93,00	180,00	2,52	2,52	13,23	83,70
<b>Завтрак 2</b>															
Т-К№338 сб/под ред. М.П. Марильного Делии плюс 2017	Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	0,40	0,40	9,80	47,00	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
<b>Обед</b>															
ТК-№102РН№462 Уфа 2014 изд4	Салат из свежих помидоров и огурцов	100,00	0,83	4,67	3,67	60,00	0,50	2,80	2,20	36,00	40,00	0,33	1,87	1,47	24,00
ТК-№43 Пермь 2001	Суп крестьянский с крупой	100,00	0,92	3,09	6,17	56,23	1,84	6,18	12,34	112,46	180,00	1,66	5,56	11,11	101,21
ТК-№161 р№31 Уфа 2014 изд4	Пюре из моркови	100,00	1,55	6,52	5,94	88,38	2,01	8,47	7,72	114,89	110,00	1,70	7,17	6,53	97,22
ТК-№182 Пермь 2001	Тертель из индейки с рисом	100,00	8,00	11,20	9,10	169,00	6,40	8,96	7,28	135,20	50,00	4,00	5,60	4,55	84,50
Т-К№256 Пермь 2001	Компот из яблок	100,00	0,13	0,13	16,67	52,04	0,25	0,25	33,34	104,07	180,00	0,23	0,23	30,01	93,66
Т-К№1Р-сб/под ред. М.П. Марильного Делии плюс 2017	Хлеб ржано-пшеничный	100,00	5,60	1,10	49,40	239,90	2,80	0,55	24,70	119,95	40,00	2,24	0,44	19,76	95,96
<b>Полдник</b>															
ТК-№260 Пермь 2001	Молоко козье кипяченое	100,00	2,70	2,80	4,30	53,40	5,40	5,60	8,60	106,80	150,00	4,05	4,20	6,45	80,10
ТК-№282 Пермь 2001	Булочка домашняя	100,00	5,88	13,33	41,85	202,01	2,94	6,67	20,93	101,01	50,00	2,94	6,67	20,93	101,01
<b>Ужин</b>															
ТК-№206 Пермь 2001	Горошек зеленый консервированный отварной для под.	100,00	3,13	3,29	6,99	77,88	3,13	3,29	6,99	77,88	100,00	3,13	3,29	6,99	77,88
ТК-№153 Пермь 2001	Рыба- тушеная в сметанном соусе	100,00	11,01	9,62	4,01	146,65	16,52	14,43	6,01	219,99	90,00	9,91	8,66	3,61	131,99
ТК-№266 ТК-№10 Уфа 2014 изд4	Чай с сахаром	100,00	0,05	0,02	4,55	12,50	0,09	0,03	8,19	22,50	180,00	0,09	0,03	8,19	22,50
Т-К№1Р-сб/под ред. М.П. Марильного Делии+2017	Хлеб пшеничный йодированный	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14
						470,00	22,90	18,15	40,51	413,89	400,00	15,50	12,28	33,28	302,51
							55,32	69,40	202,64	157,61		40,95	53,50	172,05	1255,45

**Пятница 10 (вторая неделя)**

	Завтрак					Обед					Ужин				
	Выход на 100гр.	белки	жиры	углевод ы	ккал	Выход на порцию 3-Лет.	белки	жиры	углевод ы	ккал	Выход на порцию 2-3 года.	белки	жиры	углевод ы	ккал
№311 "Хлебпродинформ" 2004	100,00	2,10	4,20	13,10	101,00	200,00	4,20	8,40	26,20	202,00	180,00	3,78	7,56	23,58	181,80
Т-К№1Р-сб/под ред. М.П. Марильного Дели-2017	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14
Т-К№266 ТТК-№10 Уфа 2014 изд4	100,00	0,05	0,02	4,55	12,50	200,00	0,10	0,03	9,10	25,00	180,00	0,09	0,03	8,19	22,50
						440,00	7,46	8,83	54,62	320,52	390,00	6,24	7,89	46,26	274,44
<b>Завтрак 2</b>															
Т-К№260 Пермь 2001	100,00	2,70	2,80	4,30	53,40	180,00	4,86	5,04	7,74	96,12	150,00	4,05	4,20	6,45	80,10
						180,00	4,86	5,04	7,74	96,12	150,00	4,05	4,20	6,45	80,10
<b>Обед</b>															
Т-К№23 р№37 Уфа 2014изд4	100,00	0,67	4,50	3,16	55,00	60,00	0,40	2,70	1,90	33,00	30,00	0,20	1,35	0,95	16,50
Т-К№35 Пермь 2001	100,00	0,77	2,53	4,02	41,66	250,00	1,93	6,33	10,05	104,15	180,00	1,39	4,55	7,24	74,99
Т-К№214 Пермь 2001	100,00	2,09	4,89	18,14	121,64	140,00	2,93	6,57	25,40	170,30	110,00	2,30	5,16	19,95	133,80
Т-К№145 Пермь 2001	100,00	6,19	0,73	0,61	81,89	70,00	4,33	0,51	0,43	57,32	50,00	3,10	0,37	0,31	40,95
Т-К№389 сб/под ред. М.П. Марильного Дели плюс 2017 г.	100,00	0,50	0,00	10,10	42,40	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80	200,00	1,00	0,00	20,20	84,80
Т-К№1Р-сб/под ред. М.П. Марильного Дели плюс 2017	100,00	5,60	1,10	49,40	239,90	50,00	2,80	0,55	24,70	119,95	40,00	2,24	0,44	19,76	95,96
						700,00	13,39	16,65	82,67	569,52	560,00	10,22	11,87	68,40	447,00
<b>Полдник</b>															
Т-К№260 Пермь 2001	100,00	2,70	2,80	4,30	53,40	200,00	5,40	5,60	8,60	106,80	150,00	4,05	4,20	6,45	80,10
Т-257986 Уфа 2014 изд4	100,00	7,80	8,60	52,60	318,00	50,00	3,90	4,30	26,30	159,00	50,00	3,90	4,30	26,30	159,00
						250,00	9,30	9,90	34,90	255,80	200,00	7,95	8,60	32,75	239,10
<b>Ужин</b>															
Т-К№71 Уфа 2014	100,00	2,27	2,94	4,21	99,18	180,00	4,09	5,29	7,58	178,52	150,00	3,41	4,41	6,32	148,77
Т-К№261 Пермь 2001	100,00	0,34	0,00	10,50	23,44	180,00	0,61	0,00	18,90	42,18	180,00	0,61	0,00	18,90	42,18
Т-К№1Р-сб/под ред. М.П. Марильного Дели-2017	100,00	7,90	1,00	48,30	233,80	40,00	3,16	0,40	19,32	93,52	30,00	2,37	0,30	14,49	70,14
Т-К№338 сб/под ред. М.П. Марильного Дели плюс 2017г.	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00	120,00	0,48	0,48	11,76	56,40	100,00	0,40	0,40	9,80	47,00
						520,00	8,34	6,17	57,56	370,63	460,00	6,79	5,11	49,51	308,09
							43,35	46,59	237,49	1622,59		35,25	37,57	203,37	1348,73

Итого за неделю										282,88	296,02	1155,58	8371,91		218,02	230,85	988,58	6756,82
Итого за 10 дней										564,44	592,32	2481,06	17296,35		443,22	467,64	2021,53	14013,63
Итого средних за 10 дней										56,44	59,23	248,11	1729,64		44,32	46,76	202,15	1401,36

\* Основное десятидневное меню при его практическом использовании может корректироваться с учётом особенностей питания воспитанников, при условии соблюдения требований к содержанию и соотношению в рационе питания основных пищевых веществ (СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

\*\* **Используемая литература:** Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских оздоровительных учреждений город Пермь 2011 год (часть №1,2).  
Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий ПООП (г. Москва 2004 г.).  
И.М. Скурихин, В.А. Тутельян (таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания).  
Сборник технологических карт и рецептур блюд кулинарных изделий для детского питания Уфа, 2002г  
Сборник технологических нормативов под об. ред. Перевалова А.Я г.Пермь,2012г.

\*\*\* Для профилактики дефицита микронутриентов (йода, кальция, железа, фосфора и пр.), регулярно включать в рацион питания для воспитанников специализированные, обогащённые незаменимыми ингредиентами пищевые продукты: соль пищевую йодированную, муку пшеничную высшего сорта, молоко, консервы плодово-ягодные и овощные, соки в ассортименте, напиток "Несквик", хлеб пшеничный и йодированный, хлеб зерновой (8 злаков).

Шеф-повар МАДОУ ДС «Незабудка» корпус №1,2,3. Имельбаева,В.Г.