

СОГЛАСОВАНО:

Директор КОУ "Сургутская
школа-детский сад для
обучающихся с
ограниченными возможностями
здоровья"

А.Г.Плотников
2024г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО "РАДУГА ВКУСА"

А.А.Шикула

2024г.

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

Для организации питания в КОУ "Сургутская школа-детский сад
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья"

для детей в возрасте 3-18 лет

ДИЕТА БЕЗ ГЛЮТЕНА

2024г.

КОУ "Сургутская школа-детский сад"

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	250	10,33	9,43	54,74	346,14	0,64	0,23	0,15	0,04	0,08	147,33	218,75	60,51	1,79	310,42	13,83	0,00	0,02	174	2011
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	50	0,12	0,11	0,01	1,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	25,89	4,43	3,60	0,13	2,66	0,20	0,00	0,00	209	2011
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,93	0,00	72,67	0,00	0,01	0,00	0,06	0,00	176,00	100,00	7,33	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	13,00	7,42	5,80	0,74	25,86	0,00	0,00	0,00	376	2011
Итого за прием пищи:	570	16,65	17,90	89,08	591,86	0,68	0,24	0,16	0,10	0,10	362,22	330,60	77,24	2,86	338,94	14,03	0,00	0,02		
II Завтрак																				
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,47	0,47	11,41	54,71	4,80	0,03	0,02	0,01	0,00	17,28	11,88	8,64	2,38	333,60	2,40	0,00	0,01	336	
Итого за прием пищи:	120	0,47	0,47	11,41	54,71	4,80	0,03	0,02	0,01	0,00	17,28	11,88	8,64	2,38	333,60	2,40	0,00	0,01		
Обед																				
САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (2 ВАРИАНТ)	100	1,59	6,08	9,56	100,04	54,50	0,06	0,05	0,46	0,00	35,18	33,52	17,40	0,79	146,57	1,95	0,00	0,02	49	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИНЫМ ФИЛЕ	250	6,76	8,23	9,37	138,78	4,83	0,07	0,08	0,22	0,00	31,52	84,15	22,39	1,13	383,03	5,18	0,01	0,06	38	2017
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,82	6,44	25,69	176,54	12,47	0,15	0,13	0,04	0,09	53,13	102,86	36,35	1,46	917,58	10,26	0,00	0,04	312	2011
МЯСО ТУШЕНОЕ Б/Г	100	15,08	17,74	0,59	222,06	0,24	0,04	0,09	0,08	0,00	19,24	131,02	17,07	1,94	285,85	6,30	0,00	0,04	256	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОЙ СМОРОДИНЫ	200	0,29	0,12	21,49	90,21	24,00	0,01	0,01	0,01	0,00	17,09	8,91	9,93	0,35	106,12	0,30	0,00	0,00	393	2011
Итого за прием пищи:	880	28,95	41,04	86,10	838,70	96,04	0,33	0,36	0,81	0,09	156,16	360,46	103,14	5,67	1 839,15	23,99	0,01	0,16		
Полдник																				
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	8,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		47,71	60,45	209,36	1 600,95	105,52	0,65	0,56	0,92	0,19	556,68	739,62	205,12	14,09	2 549,49	40,42	0,01	0,19		

2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	Se, мг	Ф, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	250	7,02	8,14	51,58	308,54	0,60	0,05	0,14	0,04	0,08	127,73	158,87	38,54	0,61	225,60	11,21	0,01	0,02	174	2011
ИМУНЕЛЕ С ВИТАМИНАМИ D3, B6+ ЛАКТОБАКТЕРИИ 2,7%	100	0,02	0,02	0,11	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,01	0,07	0,15	1,20	1,90	0,00	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	14	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	14,72	60,36	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	8,26	1,39	1,97	0,06	12,27	0,00	0,00	0,00	377	2011
Итого за прием пищи:	610	8,56	18,85	85,89	555,54	1,72	0,06	0,15	0,11	0,25	137,19	162,16	40,51	0,69	239,37	11,21	0,01	0,02		
II Завтрак																				
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	120	0,96	0,24	8,99	39,57	45,56	0,07	0,04	0,01	0,00	41,97	20,38	13,19	0,12	185,85	0,00	0,00	0,18		2008
Итого за прием пищи:	120	0,96	0,24	8,99	39,57	45,56	0,07	0,04	0,01	0,00	41,97	20,38	13,19	0,12	185,85	0,00	0,00	0,18		
Обед																				
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,28	10,15	6,50	123,05	5,53	0,04	0,03	0,00	0,00	21,42	35,73	14,54	0,73	225,26	2,40	0,00	0,01	67	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ	250	9,30	10,14	10,75	172,83	8,50	0,08	0,05	0,20	0,00	45,08	102,65	31,01	1,51	366,67	3,90	0,00	0,02	99	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ ГЛЮТЕНА ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,54	4,93	39,85	230,08	0,00	0,11	0,04	0,02	0,08	38,98	65,43	28,23	1,17	108,93	0,00	0,01	0,01	203	2011
ЗАПЕЧЕННОЕ КУРИНОЕ ФИЛЕ С ПОМИДОРОМ	120	19,48	21,92	1,41	281,70	2,78	0,06	0,16	0,13	0,00	125,16	205,24	23,66	1,63	266,09	7,66	0,02	0,11	303	2012
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	200	0,10	0,10	24,89	102,96	4,00	0,01	0,00	0,00	0,00	4,00	3,00	4,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	437	200826
Итого за прием пищи:	900	38,11	49,67	102,80	1 021,69	20,81	0,30	0,28	0,35	0,08	234,64	412,05	101,44	5,04	966,95	13,96	0,03	0,15		
Полдник																				
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	8,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		49,27	69,80	220,45	1 732,48	72,09	0,48	0,49	0,47	0,33	434,82	631,27	171,24	9,03	1 429,97	25,17	0,04	0,35		

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	250	7,13	7,95	36,62	247,12	0,48	0,18	0,17	0,04	0,08	109,22	179,25	77,25	2,31	292,27	8,28	0,00	0,00	184	2011
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ	55	6,89	10,06	1,52	126,97	0,13	0,03	0,22	0,16	1,18	52,42	105,50	8,30	1,17	107,30	12,25	0,01	0,02	215	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,01	0,07	0,15	1,20	1,90	0,00	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	14	2011
КАКАО С МОЛОКОМ	200	2,90	2,50	24,80	134,00	1,00	0,04	0,00	0,01	0,00	121,00	90,00	14,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:	565	18,38	31,19	82,42	693,96	1,61	0,25	0,40	0,28	1,41	283,84	376,65	99,55	4,50	401,07	20,53	0,01	0,02		
II Завтрак																				
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	0,06	0,05	0,02	0,00	51,00	34,50	19,50	0,45	295,50	3,00	0,00	0,03		2008
Итого за прием пищи:	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	0,06	0,05	0,02	0,00	51,00	34,50	19,50	0,45	295,50	3,00	0,00	0,03		
Обед																				
ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ(ТОМАТЫ)	100	1,10	0,20	3,80	24,00	25,00	0,06	0,04	0,17	0,00	14,00	26,00	20,00	1,00	290,00	2,00	0,00	0,00	71	2011
БОРЩ С КАПУСТОЙ, КАРТОФЕЛЕМ И ГОВЯДИНОЙ(БЕЗ ТОМАТНОЙ ПАСТЫ)	250	9,38	11,34	11,46	186,74	8,58	0,05	0,05	0,23	0,00	65,70	103,76	33,10	1,72	322,84	5,90	0,00	0,03	82	2011
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	200	18,71	29,61	40,31	502,72	1,34	0,08	0,12	0,50	0,00	38,72	216,34	50,10	2,68	402,85	8,43	0,01	0,08	244	2011
КОМПЛОТ ИЗ КУРАГИ	200	1,01	0,06	19,57	80,41	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,40	0,00	1,83	0,00	0,91	0,00	0,00	0,00	348	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	800	31,61	43,64	94,54	904,94	34,92	0,19	0,21	0,90	0,00	126,82	346,10	105,03	5,40	1 016,60	16,33	0,01	0,11		
Полдник																				
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	8,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		52,98	76,17	211,88	1 779,08	130,53	0,55	0,68	1,20	1,41	482,68	793,93	240,18	13,53	1 750,97	39,86	0,02	0,16		

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ	250	8.05	9.63	69.59	403.69	0.64	0.17	0.18	0.05	0.09	184.53	306.51	46.27	1.40	324.65	11.07	0.02	0.06	174	2011		
ЙОГУРТ ФРУГУРТ 2,5%	110	0.03	0.02	0.04	0.55	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	1.02	0.76	0.11	0.00	1.46	0.00	0.00	0.00	ПП	2011		
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1.41	2.43	19.40	111.07	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	ПП	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0.19	0.00	14.93	60.46	0.04	0.00	0.01	0.00	0.00	13.00	7.42	5.80	0.74	25.86	0.00	0.00	0.00	376	2011		
Итого за прием пищи:	610	9.68	12.08	103.96	575.77	0.68	0.17	0.19	0.05	0.09	198.55	314.69	52.18	2.14	351.97	11.07	0.02	0.06				
II Завтрак																						
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0.47	0.47	11.41	54.71	4.80	0.03	0.02	0.01	0.00	17.28	11.88	8.64	2.38	333.60	2.40	0.00	0.01	336			
Итого за прием пищи:	120	0.47	0.47	11.41	54.71	4.80	0.03	0.02	0.01	0.00	17.28	11.88	8.64	2.38	333.60	2.40	0.00	0.01				
Обед																						
САЛАТ "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ"	100	1.50	10.10	4.40	115.00	26.00	0.04	0.00	0.04	0.00	26.00	37.00	20.00	0.80	0.00	0.00	0.00	0.00	29	2008		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ	250	1.71	5.71	10.26	100.06	7.46	0.06	0.06	0.33	0.08	41.07	47.46	22.59	0.86	393.64	4.48	0.00	0.03	78	2012		
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	6.36	5.54	40.35	236.49	0.00	0.22	0.10	0.02	0.08	22.13	158.23	94.29	3.14	221.41	0.00	0.00	0.00	171.1	2011		
ФИЛЕ ТРЕСКИ, ТУШЕННОЕ С ОВОЩАМИ Б/Г	100	9.80	5.23	3.78	101.46	0.92	0.05	0.05	0.36	0.00	26.34	129.14	24.00	0.53	257.61	83.49	0.01	0.40	229	2011		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0.14	0.14	16.49	68.66	1.44	0.01	0.01	0.00	0.00	11.70	3.56	3.99	0.71	100.95	0.72	0.00	0.00	344	2011		
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1.41	2.43	19.40	111.07	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	ПП	2011		
Итого за прием пищи:	860	20.92	29.15	94.68	732.74	35.82	0.38	0.22	0.75	0.16	129.24	375.39	164.67	6.04	973.61	88.69	0.01	0.43				
Полдник																						
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1.00	0.20	19.80	86.00	4.00	0.02	0.00	0.00	0.00	14.00	14.00	8.00	2.80	0.00	0.00	0.00	0.00	442	2008		
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0.64	0.84	2.97	29.68	0.00	0.03	0.02	0.00	0.00	7.02	22.68	8.10	0.38	37.80	0.00	0.00	0.00	451	2011		
Итого за прием пищи:	230	1.64	1.04	22.77	115.68	4.00	0.05	0.02	0.00	0.00	21.02	36.68	16.10	3.18	37.80	0.00	0.00	0.00				
Всего за день:		32.71	42.74	232.82	1 478.90	45.30	0.63	0.45	0.81	0.25	366.09	738.64	241.79	13.74	1 696.98	102.16	0.03	0.50				

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША вязкая молочная ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	250	9,05	10,45	45,49	313,91	3,38	0,21	0,18	0,05	0,09	170,46	202,74	58,45	3,16	477,98	14,32	0,00	0,01	176,7	2011
ЯЙЦА вареные	50	0,12	0,11	0,01	1,52	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	25,89	4,43	3,60	0,13	2,66	0,20	0,00	0,00	209	2011
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,01	0,07	0,15	1,20	1,90	0,00	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	14	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	14,72	60,36	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	6,26	1,39	1,97	0,06	12,27	0,00	0,00	0,00	377	2011
Итого за прием пищи:	560	10,69	21,25	79,70	561,66	4,50	0,21	0,19	0,12	0,26	205,81	210,46	64,02	3,37	494,41	14,52	0,00	0,01		
II Завтрак																				
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	120	0,96	0,24	8,99	39,57	45,56	0,07	0,04	0,01	0,00	41,97	20,38	13,19	0,12	185,85	0,00	0,00	0,18		2008
Итого за прием пищи:	120	0,96	0,24	8,99	39,57	45,56	0,07	0,04	0,01	0,00	41,97	20,38	13,19	0,12	185,85	0,00	0,00	0,18		
Обед																				
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,28	10,15	6,50	123,05	5,53	0,04	0,03	0,00	0,00	21,42	35,73	14,54	0,73	225,26	2,40	0,00	0,01	67	2011
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	250	4,40	4,30	11,80	104,00	13,90	0,10	0,00	0,12	0,00	48,00	85,00	27,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	102	2008
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	180	3,82	6,44	25,69	176,54	12,47	0,15	0,13	0,04	0,09	53,13	102,86	36,35	1,46	917,58	10,26	0,00	0,04	312	2011
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ Б/Г	100	14,61	19,34	1,38	238,25	2,35	0,05	0,11	0,28	0,00	20,71	129,84	19,92	1,41	223,86	5,72	0,02	0,10	246	2011
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ	200	0,12	0,05	24,13	99,68	1,50	0,00	0,00	0,00	0,00	11,80	2,48	5,20	0,14	31,08	0,00	0,00	0,00	673	2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	880	25,64	42,71	88,90	852,59	34,85	0,34	0,27	0,44	0,09	155,06	355,91	103,01	4,94	1 397,78	18,38	0,02	0,15		
Полдник																				
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ	200	1,00	0,20	19,80	85,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	8,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		38,93	65,24	200,36	1 569,50	88,91	0,67	0,52	0,57	0,35	423,86	623,43	196,32	11,61	2 115,84	32,90	0,02	0,34		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	250	7,02	8,14	51,58	308,54	0,60	0,06	0,14	0,04	0,08	127,73	158,87	38,54	0,61	225,60	11,21	0,01	0,02	174	2011
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ	55	0,86	6,31	1,23	65,41	0,13	0,01	0,03	0,04	0,13	28,37	21,13	3,01	0,07	39,00	2,45	0,00	0,00	215	2011
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	4,60	5,93	0,00	72,67	0,00	0,01	0,00	0,06	0,00	176,00	100,00	7,33	0,20	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	13,00	7,42	5,80	0,74	25,86	0,00	0,00	0,00	376	2011
Итого за прием пищи:	575	14,08	22,81	87,14	618,15	0,77	0,08	0,18	0,14	0,21	345,10	287,42	54,68	1,62	290,46	13,66	0,01	0,02		
II Завтрак																				
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,47	0,47	11,41	54,71	4,80	0,03	0,02	0,01	0,00	17,28	11,88	8,64	2,38	333,60	2,40	0,00	0,01	336	
Итого за прием пищи:	120	0,47	0,47	11,41	54,71	4,80	0,03	0,02	0,01	0,00	17,28	11,88	8,64	2,38	333,60	2,40	0,00	0,01		
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЗЕЛЕНЬМ ЛУКОМ	100	0,89	6,10	2,70	69,24	12,50	0,03	0,05	0,05	0,00	35,53	43,37	15,32	1,08	159,94	2,85	0,00	0,02	20	2011
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ, КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ(БЕЗ ТОМАТНОЙ ПАСТЫ)	250	9,36	11,16	8,17	172,18	11,07	0,06	0,05	0,20	0,00	59,38	98,35	29,03	1,50	288,55	4,41	0,00	0,02	88	2011
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	180	6,36	5,54	40,35	236,49	0,00	0,22	0,10	0,02	0,08	22,13	158,23	94,29	3,14	221,41	0,00	0,00	0,00	171.1	2011
ЗАПЕЧЕННОЕ КУРИНОЕ ФИЛЕ С ПОМИДОРОМ	120	19,48	21,92	1,41	281,70	2,78	0,06	0,16	0,13	0,00	125,16	205,24	23,66	1,63	266,09	7,66	0,02	0,11	303	2012
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	200	0,23	0,06	26,32	108,02	1,80	0,01	0,01	0,01	0,00	17,43	8,10	6,58	0,14	78,04	0,60	0,00	0,00	375	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	900	37,73	47,21	98,35	978,70	28,15	0,38	0,37	0,41	0,08	259,63	513,29	170,88	7,49	1 014,03	15,52	0,02	0,15		
Полдник																				
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	8,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		53,92	71,53	219,67	1 767,24	37,72	0,54	0,59	0,56	0,29	643,03	849,27	250,30	14,67	1 675,89	31,58	0,03	0,18		

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	250	7,13	7,95	36,62	247,12	0,48	0,18	0,17	0,04	0,08	109,22	179,25	77,25	2,31	292,27	8,28	0,00	0,00	184	2011
ИМУНЕЛЕ С ВИТАМИНАМИ D3, B6+ ЛАКТОБАКТЕРИИ 2,7%	100	0,02	0,02	0,11	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	385	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	14,72	60,36	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	8,26	1,39	1,97	0,06	12,27	0,00	0,00	0,00	377	2011
Итого за прием пищи:	600	8,62	10,41	70,85	419,32	1,60	0,18	0,17	0,04	0,10	117,48	180,64	79,22	2,37	304,54	8,28	0,00	0,00		
II Завтрак																				
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	0,06	0,05	0,02	0,00	51,00	34,50	19,50	0,45	295,50	3,00	0,00	0,03		2008
Итого за прием пищи:	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	0,06	0,05	0,02	0,00	51,00	34,50	19,50	0,45	295,50	3,00	0,00	0,03		
Обед																				
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	1,35	6,08	7,94	91,83	3,72	0,01	0,03	0,00	0,00	34,28	36,79	18,61	1,20	267,93	6,51	0,00	0,02	52	2011
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	2,20	2,84	17,28	103,86	8,60	0,10	0,07	0,20	0,00	30,09	63,77	27,35	1,13	606,21	5,80	0,00	0,03	104	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ ГЛЮТЕНА ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,54	4,93	39,85	230,08	0,00	0,11	0,04	0,02	0,08	36,98	65,43	28,23	1,17	108,93	0,00	0,01	0,01	203	2011
МЯСО ТУШЕНОЕ Б/Г	100	15,08	17,74	0,59	222,06	0,24	0,04	0,09	0,08	0,00	19,24	131,02	17,07	1,94	285,85	6,30	0,00	0,04	256	2011
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ	180	0,09	0,09	22,41	92,68	3,60	0,01	0,00	0,00	0,00	3,60	2,70	3,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	437	200826
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	860	26,67	34,11	107,47	851,58	16,16	0,27	0,23	0,30	0,08	126,19	299,71	94,86	5,44	1 268,92	18,61	0,01	0,10		
Полдник																				
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	8,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		38,28	45,86	213,24	1 451,08	111,76	0,56	0,47	0,36	0,18	315,69	551,53	209,68	11,44	1 906,76	29,89	0,01	0,13		

8 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
Завтрак																					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ	250	8,05	9,63	69,59	403,69	0,64	0,17	0,18	0,05	0,09	184,53	306,51	46,27	1,40	324,65	11,07	0,02	0,06	174	2011	
ЙОГУРТ ФРУГУРТ 2,5%	110	0,03	0,02	0,04	0,55	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1,02	6,76	0,11	0,00	1,46	0,00	0,00	0,00	ПП	2011	
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	13,00	7,42	5,80	0,74	25,86	0,00	0,00	0,00	376	2011	
Итого за прием пищи:	610	9,68	12,08	103,96	575,77	0,68	0,17	0,19	0,05	0,09	196,55	314,69	52,18	2,14	351,97	11,07	0,02	0,06			
II Завтрак																					
МАНДАРИНЫ СВЕЖИЕ	120	0,96	0,24	8,99	39,57	45,56	0,07	0,04	0,01	0,00	41,97	20,38	13,19	0,12	185,85	0,00	0,00	0,18		2008	
Итого за прием пищи:	120	0,96	0,24	8,99	39,57	45,56	0,07	0,04	0,01	0,00	41,97	20,38	13,19	0,12	185,85	0,00	0,00	0,18			
Обед																					
САЛАТ ЗЕЛЕНЬ С ОГУРЦАМИ И ПОМИДОРАМИ	100	1,00	10,10	2,40	105,00	14,00	0,03	0,00	0,13	0,00	36,00	32,00	22,00	0,80	0,00	0,00	0,00	0,00	18	2008	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250	8,76	7,69	9,44	143,16	5,20	0,07	0,04	0,21	0,00	38,21	93,70	27,68	1,30	330,31	3,30	0,00	0,02	112	2011	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ Б/Г	200	16,24	19,41	15,32	301,07	7,54	0,12	0,14	0,30	0,00	29,62	177,42	38,78	2,74	788,77	11,02	0,00	0,07	259	2011	
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	200	0,13	0,01	23,67	97,83	2,40	0,00	0,00	0,00	0,00	14,50	2,97	3,55	0,14	25,81	0,00	0,00	0,00	436	2008	
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011	
Итого за прием пищи:	800	27,54	39,64	70,23	758,13	29,14	0,22	0,18	0,64	0,00	118,33	306,09	92,01	4,98	1 144,89	14,32	0,00	0,09			
Полдник																					
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	8,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008	
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	6,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011	
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00			
Всего за день:		39,82	53,00	205,95	1 489,15	79,38	0,51	0,43	0,70	0,09	379,87	677,84	173,48	10,42	1 720,51	25,39	0,02	0,33			

9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества								№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
Завтрак																				
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА	250	7,02	8,14	51,58	308,54	0,60	0,06	0,14	0,04	0,08	127,73	158,87	38,54	0,61	225,60	11,21	0,01	0,02	174	2011
ИМУНЕЛЕ С ВИТАМИНАМИ D3, В6+ ЛАКТОБАКТЕРИИ 2,7%	100	0,02	0,02	0,11	0,77	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	386	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,19	0,00	14,93	60,46	0,04	0,00	0,01	0,00	0,00	13,00	7,42	5,80	0,74	25,86	0,00	0,00	0,00	376	2011
Итого за прием пищи:	600	8,64	10,59	86,02	480,84	0,64	0,06	0,15	0,04	0,10	140,73	166,29	44,34	1,35	251,46	11,21	0,01	0,02		
II Завтрак																				
ЯБЛОКИ СВЕЖИЕ	120	0,47	0,47	11,41	54,71	4,80	0,03	0,02	0,01	0,00	17,28	11,88	8,64	2,38	333,60	2,40	0,00	0,01	336	
Итого за прием пищи:	120	0,47	0,47	11,41	54,71	4,80	0,03	0,02	0,01	0,00	17,28	11,88	8,64	2,38	333,60	2,40	0,00	0,01		
Обед																				
САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	100	3,60	10,20	7,80	137,00	8,00	0,06	0,00	0,45	0,00	20,00	46,00	20,00	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	30	2008
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	250	7,54	6,86	9,44	130,67	5,20	0,07	0,04	0,21	0,00	36,74	84,65	26,10	1,20	330,31	3,30	0,00	0,02	112	2011
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С ЗЕЛЕНЬЮ	180	3,56	5,66	28,58	179,88	14,97	0,16	0,11	0,04	0,09	29,99	96,93	39,48	1,69	1 031,47	9,00	0,00	0,05	310	2011
КОТЛЕТА ИЗ МИНТАЯ С СОУСОМ	100	9,80	5,23	3,78	101,46	0,92	0,05	0,05	0,36	0,00	28,34	129,14	24,00	0,53	257,61	83,49	0,01	0,40	229	2011
КОМПОТ ИЗ ВИШНИ	180	0,21	0,05	23,69	97,22	1,62	0,01	0,01	0,00	0,00	15,69	7,29	7,72	0,12	70,24	0,54	0,00	0,00	375	2011
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011
Итого за прием пищи:	860	26,12	30,43	92,69	757,30	30,71	0,35	0,21	1,06	0,09	130,76	364,01	117,30	4,44	1 689,63	96,33	0,01	0,47		
Полдник																				
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	8,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		36,87	42,53	212,89	1 408,53	40,15	0,49	0,40	1,11	0,19	309,79	578,86	186,38	11,35	2 312,49	109,94	0,02	0,50		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
Завтрак																						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	250	10,33	9,43	54,74	346,14	0,64	0,23	0,15	0,04	0,08	147,33	218,75	60,51	1,79	310,42	13,83	0,00	0,02	174	2011		
ОМЛЕТ ПАРОВОЙ	55	0,86	6,31	1,23	65,41	0,13	0,01	0,03	0,04	0,13	28,37	21,13	3,01	0,07	39,00	2,45	0,00	0,00	215	2011		
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,06	0,01	14,72	60,36	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	8,26	1,39	1,97	0,06	12,27	0,00	0,00	0,00	377	2011		
Итого за прием пищи:	555	12,66	18,18	90,09	582,98	1,89	0,24	0,18	0,08	0,21	183,96	241,27	65,49	1,92	361,69	16,28	0,00	0,02				
II Завтрак																						
АПЕЛЬСИНЫ СВЕЖИЕ	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	0,06	0,05	0,02	0,00	51,00	34,50	19,50	0,45	295,50	3,00	0,00	0,03		2008		
Итого за прием пищи:	150	1,35	0,30	12,15	64,50	90,00	0,06	0,05	0,02	0,00	51,00	34,50	19,50	0,45	295,50	3,00	0,00	0,03				
Обед																						
САЛАТ ИЗ ПЕКИНСКОЙ КАПУСТЫ, РЕДИСА И ОГУРЦОВ	100	1,45	5,96	3,28	73,08	14,54	0,01	0,02	0,00	0,00	22,04	25,80	7,73	0,59	260,87	4,70	0,00	0,02	30	2011		
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФАСОЛЬЮ	250	4,40	4,30	11,80	104,00	13,00	0,10	0,00	0,12	0,00	48,00	85,00	27,00	1,20	0,00	0,00	0,00	0,00	102	2008		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ БЕЗ ГЛЮТЕНА ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	180	6,54	4,93	39,85	230,08	0,00	0,11	0,04	0,02	0,08	38,98	65,43	28,23	1,17	108,93	0,00	0,01	0,01	203	2011		
ГУЛЯШ ИЗ КУРИНОГО ФИЛЕ Б/Г	100	14,66	19,34	2,18	241,27	0,86	0,05	0,11	0,26	0,00	19,16	127,92	17,53	1,29	183,23	5,45	0,02	0,10	246	2011		
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,28	0,12	21,34	88,70	46,80	0,01	0,02	0,08	0,00	12,15	1,30	2,92	0,21	5,22	0,00	0,00	0,00	388	2011		
ХЛЕБ БЕЛЫЙ ДРОЖЕВОЙ БЕЗ ГЛЮТЕНА	50	1,41	2,43	19,40	111,07	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ПП	2011		
Итого за прием пищи:	860	28,74	37,08	97,85	848,20	75,20	0,28	0,19	0,48	0,08	140,33	305,45	83,41	4,46	558,25	10,15	0,03	0,13				
Полдник																						
СОК ФРУКТОВЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЕ	200	1,00	0,20	19,80	86,00	4,00	0,02	0,00	0,00	0,00	14,00	14,00	6,00	2,80	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008		
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА	30	0,64	0,84	2,97	29,68	0,00	0,03	0,02	0,00	0,00	7,02	22,68	6,10	0,38	37,80	0,00	0,00	0,00	451	2011		
Итого за прием пищи:	230	1,64	1,04	22,77	115,68	4,00	0,05	0,02	0,00	0,00	21,02	36,68	16,10	3,18	37,80	0,00	0,00	0,00				
Всего за день:		44,39	56,60	222,86	1 611,36	171,09	0,63	0,44	0,58	0,29	396,31	617,90	184,50	10,01	1 253,24	29,43	0,03	0,18				

ООО "Радуга Вкуса"

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	Полдник
3-18 лет безглютеновое	585	130	860	230

Основание:

1) СанПин 2.3/2.4.3590-20 постановление от 27.10.2020 №32 срок действия с 01.01.2021г. до 01.01.2027г.

Утвержденные руководителем ФСН в сфере защиты потребителем и благополучия человека Г.Г. Онищенко

2) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян – М: Делиплюс 2017 – 544с

3) Сборник технических нормативов – Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях. Под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельян – М: Делиплюс 2016 – 640с

4) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания /Авт.-сост А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко. - М.: "ИНТЦ"ЛАДА", К.: Издат.Арий 2006; 680с

5) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для п.о.п. при общеобразовательных школах. "Хлебпродинформ" М 2004

6) Таблицы химического состава и калорийности российских продуктов питания . И.М. Скурихин, В.А.Тутельян, Делипринт М.

7)ТУ 10.13.15-004-73392522-2024 "Митболы с сыром" ПОЛУФАБРИКАТ МЯСНОЙ КАТЕГОРИИ "Б" РУБЛЕННЫЙ, ФОРМОВАННЫЙ, ПАНИРОВАННЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

8) ТУ 10.13.15-003-73392522-2024 "Наггетсы из птицы" ПОЛУФАБРИКАТ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, РУБЛЕННЫЙ, ФОРМОВАННЫЙ, ПАНИРОВАННЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

9) ТУ 10.13.15-003-73392522-2024 "Биточки "Чикен топ" ПОЛУФАБРИКАТ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, РУБЛЕННЫЙ, ФОРМОВАННЫЙ, НЕ ПАНИРОВАННЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

10) ТУ 10.13.15-004-73392522-2024 "Чевапчичи мясные" ПОЛУФАБРИКАТ МЯСНОЙ КАТЕГОРИИ "Б" РУБЛЕННЫЙ, ФОРМОВАННЫЙ, НЕ ПАНИРОВАННЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

11) ТУ 10.12.20-001-73392522-2024 "Гуляш из мяса курицы" ПОЛУФАБРИКАТ ИЗ МЯСА ПТИЦЫ, МЕЛКОКУСКОВОЙ, БЕСКОСТНЫЙ, ЗАМОРОЖЕННЫЙ ДЛЯ ДЕТСКОГО ПИТАНИЯ. ОРГАНИЗАЦИЯ-ИЗГОТОВИТЕЛЬ ООО "АлМи"

12) Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1—4-х классов в общеобразовательных организациях: Пособие.—М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.— 275

13) Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных организаций. Сборник технических нормативов. Под редакцией члена - корреспондента Российской академии наук В.Р. Кучмы. Москва 2016

Меню составил: Технолог Мамулян Г.И.

Меню согласовано: Мед. работник