

«СОГЛАСОВАНО»

Заведующий МАДОУ

«Детский сад № 312» г. Перми

И.О.А. Пищальникова /



«РАЗРАБОТАНО»

ООО «Успех»

Генеральный директор

/О.Н. Дмитриева/



Примерное десятидневное меню

Период : Межсезонье 2024 г.

2 ступень (с 3 до 7 лет)

Для детей, страдающих пищевой аллергией

Подразделение: МАДОУ «Детский сад № 312» г. Перми

На основе «Сборник технологических нормативов,

Рецептур блюд и кулинарных изделий для дошкольных

организаций, и детских оздоровительных учреждений»

«ООО Уральский региональный центр питания»

в ред. г. Пермь, 2011 г., 5-е издание переработанное и дополненное,

2013 г. 7-е издание переработанное и дополненное

и 2018 г. 1-е издание. Методические рекомендации и нормативные материалы. Пермь 2003 г.

"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "УСПЕХ"



/Дмитриева О.Н./

День 1

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			8,31	11,20	43,72	308,94	0,14	0,10	0,07	61,0	138,64	227,04	33,12	2,00
2-ой ЗАВТРАК														
537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД														
113/13	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (60)	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
ТТК 24/03	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ (200)	200	6,03	4,41	21,67	150,51	0,10	0,07	9,10	8,0	13,13	47,61	17,46	1,20
ТТК 398/13	ПЮРЕ МЯСНОЕ(80)	80	16,51	15,63	2,21	215,56	0,06	0,16		30,4	10,90	191,78	22,18	2,74
99/03	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (150)	150	3,33	9,87	9,59	140,51	0,06	0,07	78,45		87,65	64,20	29,93	1,18
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe

Итого по подменю:

29,15 30,52 59,47 629,21 0,29 0,33 90,55 38,4 137,22 371,15 90,59 7,05

ПОЛДНИК

535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
578/2021	СУШКА ГОРЧИЧНАЯ(24)	24	2,57	0,29	17,09	81,22	0,04	0,01			5,76	21,84	4,32	0,38
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

Итого по подменю:

8,77 5,69 34,89 225,82 0,15 0,37 11,40 40,0 261,76 212,84 41,32 2,78

УЖИН

69/03	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) МЯСНЫЕ	70	10,36	9,47	5,95	150,43	0,05	0,08		5,6	7,78	13,23	14,44	1,78
316/11	КАРТОФЕЛЬ ЖАРЕНый ИЗ ОТВАРНОГО	150	4,98	15,38	40,09	318,71	0,30	0,17	49,80		24,90	144,71	57,27	2,24
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02

Итого по подменю:

18,14 25,40 71,02 585,23 0,41 0,27 49,80 5,6 44,42 211,10 84,33 5,59

Итого за день: 0,00 руб.

64,87 72,91 219,20 1792,50 1,00 1,08 153,82 145,0 589,04 1029,13 253,36 18,82

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	14,37	20,85	15,47	16,95
2-ой завтрак: 5 %	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед: 35 %	52,94	47,40	21,81	33,23
Полдник: 15 %	16,24	9,48	13,37	12,55
Ужин: 25 %	33,59	42,33	27,21	32,51
Итого за день: 100 %	118,07	120,23	81,73	97,64

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 3,3

Зав. производством _____ /

Калькулятор _____ /



"Утверждаю"
ООО "УСПЕХ"



/Дмитриева О.Н./

День 2

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			5,94	8,16	43,72	272,10	0,14	0,06		40,0	40,64	169,04	28,12	1,93
2-ой ЗАВТРАК														
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:			0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
ОБЕД														
17/13	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	60	0,96	6,05	1,95	66,13	0,01	0,01	15,18		25,19	18,67	8,62	0,34
25/03	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(200)	200	1,96	5,31	10,82	98,93	0,08	0,06	24,91		26,74	52,36	22,12	0,80
ТТК 1	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ(200)	200	21,42	19,13	27,51	367,89	0,27	0,30	34,00	40,0	29,48	312,16	63,74	4,57
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
390/2016	КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	180	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	0,01	5,00		8,00	5,50	4,50	1,10
Итого по подменю:			27,34	31,24	69,88	670,10	0,44	0,40	79,09	40,0	100,91	441,69	111,48	8,36
ПОЛДНИК														
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
132/03	ПИРОЖКИ С ТВОРОЖНЫМ ФАРШЕМ(50)	50	6,50	2,31	17,79	117,94	0,01	0,05	0,04	3,0	22,79	34,19	4,54	0,06

Итого по подменю: 12,30 7,31 25,79 218,14 0,09 0,39 1,44 43,0 262,79 214,19 32,54 0,26

УЖИН

403/13	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	115	19,92	17,27	7,34	264,48	0,33	2,38	35,62	8854,3	26,50	350,16	21,08	7,47
182/2016	КАША ВЯЗКАЯ (150)	150	2,42	2,95	25,21	137,06	0,03	0,02		14,4	3,58	52,08	17,00	0,35
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02

Итого по подменю: 25,14 20,77 57,53 517,63 0,42 2,42 35,62 8868,7 41,82 455,40 50,70 9,39

Итого за день: 0,00 руб. 71,12 67,88 206,72 1722,37 1,12 3,29 126,15 8991,8 462,16 1291,32 231,84 22,14

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	9,98	15,78	15,47	14,91
2-ой завтрак: 5 %	0,74	0,67	3,75	2,47
Обед: 35 %	49,70	47,68	25,34	34,98
Полдник: 15 %	22,76	12,13	9,86	12,09
Ужин: 25 %	45,98	35,02	20,66	28,01
Итого за день: 100 %	129,17	111,28	75,09	92,45

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 2,8

Зав. производством



Калькулятор

 //

"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "УСПЕХ"



/Дмитриева О.Н./

День 3

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			8,31	11,20	43,72	308,94	0,14	0,10	0,07	61,0	138,64	227,04	33,12	2,00
2-ой ЗАВТРАК														
537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД														
1/03	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАНный	50	1,55	2,60	3,25	42,58	0,06	0,03	5,00		10,00	31,05	10,50	0,35
22/03	РАССОЛЬНИК МЯСНОЙ(200)	200	6,08	5,07	15,04	130,10	0,05	0,05	1,98	8,0	17,11	76,02	16,33	1,12
90/03	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ	70	8,69	7,35	6,53	127,00	0,05	0,08	2,30		13,70	115,47	16,35	1,80
431/13	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (150)	150	3,17	5,55	25,05	162,82	0,19	0,12	31,00	27,2	17,13	91,94	35,65	1,41
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
538/13	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА(200)	200	0,32	0,14	4,48	20,46	0,01	0,03	130,00		5,60	1,60	1,60	0,26

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
Итого по подменю:			22,61	21,26	79,05	597,91	0,42	0,33	170,28	35,2	75,04	369,08	92,93	6,49

ПОЛДНИК

535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
609/13	ПЕЧЕНЬЕ(24)	24	2,15	2,68	16,51	98,70								
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

Итого по подменю: 8,35 8,08 34,31 243,30 0,11 0,36 11,40 40,0 256,00 191,00 37,00 2,40

УЖИН

77/03	ЗАПЕКАНКА КАПУСТНАЯ С ГОВЯДИНОЙ И РИСОМ	200	20,63	23,07	21,02	374,16	0,12	0,22	80,10	20,0	95,83	245,84	56,12	3,60
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02

Итого по подменю: 23,43 23,62 46,00 490,25 0,18 0,24 80,10 20,0 107,57 299,00 68,74 5,17

Итого за день: 0,00 руб. 63,20 64,26 213,18 1683,70 0,86 1,04 263,85 156,2 584,25 1093,12 235,79 17,46

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	14,37	20,85	15,47	16,95
2-ой завтрак: 5 %	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед: 35 %	41,44	38,50	29,79	33,79
Полдник: 15 %	15,46	13,47	13,15	13,52
Ужин: 25 %	43,30	36,65	17,60	26,40
Итого за день: 100 %	115,50	109,63	79,87	93,06

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 3,3

Зав. производством  / _____ /

Калькулятор  //

"Согласовано"

"Утверждаю"

ООО "УСПЕХ"

День 4

/Дмитриева О.Н./

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02

Итого по подменю: 5,94 8,16 43,72 272,10 0,14 0,06 40,0 40,64 169,04 28,12 1,93

2-ой ЗАВТРАК

118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
--------	--------------	-----	------	------	------	-------	------	------	-------	--	-------	-------	------	------

Итого по подменю: 0,40 0,40 9,80 44,40 0,03 0,02 10,00 16,00 11,00 9,00 2,20

ОБЕД

113/13	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (60)	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
ТТК 167/13	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ.	200	2,11	3,20	10,97	81,10	0,06	0,05	29,40	16,0	30,75	39,32	16,16	0,65
386/13	КОТЛЕТЫ МЯСНЫЕ	80	11,92	11,11	7,59	177,97	0,06	0,11		22,4	11,03	147,14	18,94	2,34
297/13	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (150)	150	5,49	5,47	37,37	220,67	0,09	0,03		27,0	11,53	47,39	8,34	0,85
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
527/13	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (200)	200												

Итого по подменю: 22,80 20,39 81,65 601,23 0,28 0,22 32,40 65,4 78,61 301,25 64,34 5,75

ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
129/03	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ(80)	80	6,19	12,84	41,12	304,79	0,01	0,01			0,36	5,57	0,68	0,04
Итого по подменю:			11,99	17,84	49,12	404,99	0,09	0,35	1,40	40,0	240,36	185,57	28,68	0,24

УЖИН

64/03	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	31,14	14,08	34,16	387,85	0,09	0,37	0,32	54,3	175,92	309,43	53,09	0,84
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			33,94	14,63	59,14	503,94	0,15	0,39	0,32	54,3	187,66	362,59	65,71	2,41


Итого за день: 0,00 руб. 75,07 61,42 243,43 1826,66 0,69 1,04 44,12 199,7 563,27 1029,45 195,85 12,53

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	9,98	15,78	15,47	14,91
2-ой завтрак: 5 %	0,74	0,67	3,75	2,47
Обед: 35 %	41,31	33,87	30,10	32,57
Полдник: 15 %	22,20	29,73	18,82	22,50
Ужин: 25 %	61,94	24,27	20,67	26,70
Итого за день: 100 %	136,19	104,32	88,82	99,14

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,2

Зав. производством

 / _____ /

Калькулятор

 //

"Согласовано"

"Утверждаю"
ООО "УСПЕХ"

День 5

/Дмитриева О.Н./

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			8,31	11,20	43,72	308,94	0,14	0,10	0,07	61,0	138,64	227,04	33,12	2,00
2-ой ЗАВТРАК														
537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД														
ТТК 128/13	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ БУЛЬОН МЯСНОЙ (200)	200	2,74	1,68	0,35	27,45	0,01	0,03	1,76		4,98	34,19	5,49	0,49
76/03	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(200)	200	25,78	24,49	22,96	415,38	0,24	0,29	41,46	24,8	52,87	95,07	66,61	4,76
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
390/2016	КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	180	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	0,01	5,00		8,00	5,50	4,50	1,10
Итого по подменю:			31,52	26,92	52,91	579,98	0,33	0,35	48,22	24,8	77,35	187,76	89,10	7,90
ПОЛДНИК														



№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
	СУШКА ГОРЧИЧНАЯ(10)	10	1,07	0,12	7,12	33,84	0,02				2,40	9,10	1,80	0,16
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

Итого по подменю: 7,27 5,52 24,92 178,44 0,13 0,36 11,40 40,0 258,40 200,10 38,80 2,56

УЖИН

115/03	ПЮРЕ ГОРОХОВОЕ(2-й ВАРИАНТ)	200	23,07	6,29	52,09	357,20	0,81	0,16		26,4	116,58	330,98	107,00	6,81
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02

Итого по подменю: 25,87 6,84 77,07 473,29 0,87 0,18 26,4 128,32 384,14 119,62 8,38


Итого за день: 0,00 руб. 73,47 50,58 208,72 1583,95 1,48 1,00 61,69 152,2 609,71 1006,04 284,64 22,24

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

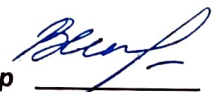
Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	14,37	20,85	15,47	16,95
2-ой завтрак: 5 %	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед: 35 %	58,93	54,88	20,16	35,23
Полдник: 15 %	13,46	9,20	9,55	9,91
Ужин: 25 %	47,91	11,40	29,53	26,29
Итого за день: 100 %	135,59	96,50	78,58	90,80

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 2,8

Зав. производством

 / _____ /

Калькулятор

 //

"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "УСПЕХ"



/Дмитриева О.Н./

День 6

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			5,94	8,16	43,72	272,10	0,14	0,06		40,0	40,64	169,04	28,12	1,93
2-ой ЗАВТРАК														
537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД														
ТТК 121/13	ИКРА КАБАЧКОВАЯ.	60	1,14	5,34	4,62	71,10	0,01	0,03	4,20		24,60	22,20	9,00	0,42
30/03	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	200	5,00	3,01	18,13	119,58	0,20	0,07	14,60		31,81	92,57	35,41	1,70
81/03	КАША С МЯСОМ	200	14,47	13,74	36,36	326,94	0,10	0,13	0,67	40,0	29,55	285,77	34,72	2,60
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
526/13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	0,01	5,00		8,00	5,50	4,50	1,10
Итого по подменю:			23,61	22,84	88,71	654,77	0,39	0,26	24,47	40,0	105,46	459,04	96,13	7,37
ПОЛДНИК														
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
609/13	ПЕЧЕНЬЕ(10)	10	0,75	0,98	7,44	41,58	0,01	0,01		1,0	2,90	9,00	2,00	0,21
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:			6,95	6,38	25,24	186,18	0,12	0,37	11,40	41,0	258,90	200,00	39,00	2,61

УЖИН

90/03	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ(80)	80	11,39	11,83	7,49	181,98	0,06	0,09	2,63		15,68	132,04	18,70	2,06
431/13	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (150)	150	3,17	5,55	25,05	162,82	0,19	0,12	31,00	27,2	17,13	91,94	35,65	1,41
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			17,36	17,93	57,52	460,89	0,31	0,23	33,63	27,2	44,55	277,14	66,97	5,04

Итого за день: 0,00 руб. 54,36 55,41 225,29 1617,24 0,97 0,93 71,50 148,2 456,55 1112,22 234,22 18,35

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	9,98	15,78	15,47	14,91
2-ой завтрак: 5 %	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед: 35 %	42,89	37,85	32,28	35,23
Полдник: 15 %	12,87	10,63	9,67	10,34
Ужин: 25 %	31,78	32,95	21,60	26,23
Итого за день: 100 %	98,44	97,38	82,90	89,11

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,1 : 4,1

Зав. производством Венф / _____ /

Калькулятор Венф //

"Согласовано"

"Утверждаю"

ООО "УСПЕХ"



/Дмитриева О.Н./

День 7

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	Вит. А, мкг	С	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			8,31	11,20	43,72	308,94	0,14	0,10	0,07	61,0	138,64	227,04	33,12	2,00
2-ой ЗАВТРАК														
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:			0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
ОБЕД														
17/13	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	60	0,96	6,05	1,95	66,13	0,01	0,01	15,18		25,19	18,67	8,62	0,34
25/03	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ(200)	200	1,96	5,31	10,82	98,93	0,08	0,06	24,91		26,74	52,36	22,12	0,80
69/03	БИТОЧКИ (КОТЛЕТЫ) МЯСНЫЕ(80)	80	11,83	10,81	6,79	171,82	0,05	0,10		6,4	8,88	15,11	16,49	2,03
297/13	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (150)	150	5,49	5,47	37,37	220,67	0,09	0,03		27,0	11,53	47,39	8,34	0,85
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
117/03	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА	180	0,52	0,16	12,94	55,24	0,01		0,68		18,00	18,68	22,95	0,68

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
Итого по подменю:			23,56	28,35	94,57	727,74	0,30	0,22	40,77	33,4	101,84	205,21	91,02	6,25

ПОЛДНИК

535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
ТТК 572/13	ШАНЕЖКА С КАРТОФЕЛЕМ(80)	80	5,80	8,40	39,27	255,84	0,06	0,05	9,29	23,5	6,98	34,33	11,41	0,47
Итого по подменю:			11,60	13,40	47,27	356,04	0,14	0,39	10,69	63,5	246,98	214,33	39,41	0,67

УЖИН

64/03	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	31,14	14,08	34,16	387,85	0,09	0,37	0,32	54,3	175,92	309,43	53,09	0,84
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			33,94	14,63	59,14	503,94	0,15	0,39	0,32	54,3	187,66	362,59	65,71	2,41


Итого за день: 0,00 руб. 77,81 67,98 254,50 1941,06 0,76 1,12 61,85 212,2 691,12 1020,17 238,26 13,53

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	14,37	20,85	15,47	16,95
2-ой завтрак: 5 %	0,74	0,67	3,75	2,47
Обед: 35 %	42,78	42,98	35,32	38,52
Полдник: 15 %	21,48	22,33	18,11	19,78
Ужин: 25 %	61,94	24,27	20,67	26,70
Итого за день: 100 %	141,31	111,10	93,33	104,42

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,2

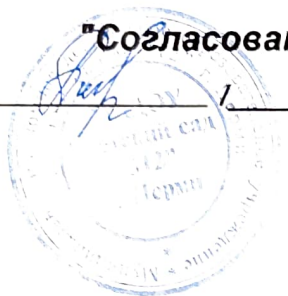
Зав. производством

 / _____ /

Калькулятор

 //

"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "УСПЕХ"



/Дмитриева О.Н./

День 8

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			5,94	8,16	43,72	272,10	0,14	0,06		40,0	40,64	169,04	28,12	1,93
2-ой ЗАВТРАК														
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
Итого по подменю:			0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
ОБЕД														
113/13	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ (60)	60	0,48	0,06	1,02	6,54	0,01	0,01	3,00		13,80	14,40	8,40	0,36
ТТК 24/03	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С МЯСОМ (200)	200	6,03	4,41	21,67	150,51	0,10	0,07	9,10	8,0	13,13	47,61	17,46	1,20
ТТК 398/13	ПЮРЕ МЯСНОЕ(80)	80	16,51	15,63	2,21	215,56	0,06	0,16		30,4	10,90	191,78	22,18	2,74
99/03	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (150)	150	3,33	9,87	9,59	140,51	0,06	0,07	78,45		87,65	64,20	29,93	1,18
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
390/2016	КОМПОТ ИЗ СВ. ПЛОДОВ	180	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	0,01	5,00		8,00	5,50	4,50	1,10
Итого по подменю:			29,35	30,72	64,09	650,27	0,31	0,34	95,55	38,4	144,98	376,49	94,97	8,13

ПОЛДНИК

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
130/03	БУЛОЧКА ОБЕДЕННАЯ(80)	80	6,69	5,03	44,90	251,67	0,01	0,01			0,25	3,74	0,47	0,03
Итого по подменю:			12,49	10,03	52,90	351,87	0,09	0,35	1,40	40,0	240,25	183,74	28,47	0,23

УЖИН

403/13	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ(120)	120	22,13	18,60	7,97	287,80	0,37	2,65	39,59	9841,6	30,22	389,69	23,51	8,31
182/2016	КАША ВЯЗКАЯ (150)	150	2,42	2,95	25,21	137,06	0,03	0,02		14,4	3,58	52,08	17,00	0,35
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			27,35	22,10	58,16	540,95	0,46	2,69	39,59	9856,0	45,54	494,93	53,13	10,23

Итого за день: 0,00 руб. 75,53 71,41 228,67 1859,59 1,03 3,46 146,54 9974,4 487,41 1235,20 213,69 22,72

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	9,98	15,78	15,47	14,91
2-ой завтрак: 5 %	0,74	0,67	3,75	2,47
Обед: 35 %	53,20	47,63	23,05	34,05
Полдник: 15 %	23,13	16,72	20,27	19,55
Ужин: 25 %	50,04	36,72	20,95	29,18
Итого за день: 100 %	137,09	117,52	83,50	100,15

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 2,9

Зав. производством  /

Калькулятор  //

"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "УСПЕХ"

/Дмитриева О.Н./

День 9



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	Е	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
199/2016Т ТК	КАША ЖИДКАЯ	200	3,65	4,09	23,61	145,89	0,10	0,04		20,0	30,00	124,98	18,00	0,66
106/13	СЫР ПОРЦ.	10	2,37	3,04		36,84		0,04	0,07	21,0	98,00	58,00	5,00	0,07
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подменю:			8,31	11,20	43,72	308,94	0,14	0,10	0,07	61,0	138,64	227,04	33,12	2,00
2-ой ЗАВТРАК														
537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
ОБЕД														
1/03	ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВИРОВАННЫЙ.	60	1,86	3,12	3,90	51,09	0,07	0,03	6,00		12,00	37,26	12,60	0,42
49/03	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ ВЕГЕТАРИАНСКИЕ	200	1,69	2,76	7,48	61,50	0,05	0,05	33,25		36,50	39,00	20,05	0,66
76/03	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(200)	200	25,78	24,49	22,96	415,38	0,24	0,29	41,46	24,8	52,87	95,07	66,61	4,76
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
526/13	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК(180)	180	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	0,01	5,00		8,00	5,50	4,50	1,10
Итого по подменю:			32,33	31,12	63,94	665,12	0,44	0,40	85,71	24,8	120,87	229,83	116,26	8,49
ПОЛДНИК														

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
609/13	ПЕЧЕНЬЕ(24)	24	2,15	2,68	16,51	98,70								
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

Итого по подменю:

8,35 8,08 34,31 243,30 0,11 0,36 11,40 40,0 256,00 191,00 37,00 2,40

УЖИН

ТТК 68/03	БИГУС ИЗ ГОВЯДИНЫ	200	21,22	18,99	10,58	298,08	0,12	0,24	77,55		94,85	267,62	53,09	4,10
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02

Итого по подменю:

24,02 19,54 35,56 414,17 0,18 0,26 77,55 106,59 320,78 65,71 5,67

Итого за день: 0,00 руб.

73,51 70,04 187,63 1674,83 0,88 1,13 176,73 125,8 629,10 975,65 256,09 19,96

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	14,37	20,85	15,47	16,95
2-ой завтрак: 5 %	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед: 35 %	58,78	51,60	22,63	35,66
Полдник: 15 %	15,46	13,47	13,15	13,52
Ужин: 25 %	43,24	28,28	12,96	21,19
Итого за день: 100 %	132,78	114,37	68,08	89,73

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 2,5

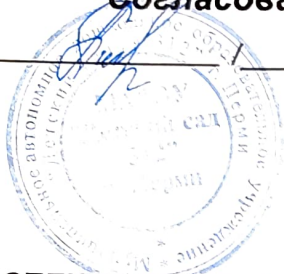
Зав. производством

 / _____ /

Калькулятор

 //

"Согласовано"



"Утверждаю"

ООО "УСПЕХ"



/Дмитриева О.Н./

День 10

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ АЛЛЕРГО-ДЕТЕЙ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
64/03	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	200	31,14	14,08	34,16	387,85	0,09	0,37	0,32	54,3	175,92	309,43	53,09	0,84
111/13	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.(5)	5	0,05	3,63	0,07	33,11		0,01		20,0	1,20	1,50		0,01
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(40)	40	2,24	0,44	19,76	91,96	0,04	0,01			9,20	42,40	10,00	1,24
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02
Итого по подмену:			33,43	18,15	54,27	514,06	0,13	0,39	0,32	74,3	186,56	353,49	63,21	2,11

2-ой ЗАВТРАК

537/13	СОК ПОРЦ.	100	0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подмену:			0,50	0,10	10,10	43,30	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

ОБЕД

	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ													
29/2003	СУП ИЗ СЫРА	200	23,33	33,45	7,97	426,25	0,03	0,36	8,05	195,3	927,90	546,38	51,68	0,77
90/03	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ ПАРОВЫЕ(80)	80	11,39	11,83	7,49	181,98	0,06	0,09	2,63		15,68	132,04	18,70	2,06
297/13	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (150)	150	5,49	5,47	37,37	220,67	0,09	0,03		27,0	11,53	47,39	8,34	0,85
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
527/13	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (180)	180												
Итого по подмену:			43,01	51,30	77,53	943,85	0,24	0,50	10,68	222,3	966,61	778,81	91,22	5,23

ПОЛДНИК

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
535/13	КЕФИР	200	5,80	5,00	8,00	100,20	0,08	0,34	1,40	40,0	240,00	180,00	28,00	0,20
	ХЛЕБЦЫ ПОРЦ(10)	10	0,80	0,13	8,20	37,17								
118/13	ПЛОДЫ СВЕЖИЕ	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20

Итого по подменю: 7,00 5,53 26,00 181,77 0,11 0,36 11,40 40,0 256,00 191,00 37,00 2,40

УЖИН

ТТК 201/13	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ(200)	200	3,88	8,74	21,38	179,70	0,16	0,13	51,10		66,24	113,66	57,46	1,71
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ(50)	50	2,80	0,55	24,70	114,95	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
501/13	ЧАЙ	200			0,28	1,14					0,24	0,16	0,12	0,02

Итого по подменю: 6,68 9,29 46,36 295,79 0,22 0,15 51,10 77,98 166,82 70,08 3,28

Итого за день: 0,00 руб. 90,62 84,37 214,26 1978,77 0,71 1,41 75,50 336,6 1494,15 1497,12 265,51 14,42

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20 %	60,96	30,15	18,81	27,26
2-ой завтрак: 5 %	0,93	0,17	3,87	2,41
Обед: 35 %	80,17	91,03	30,66	54,71
Полдник: 15 %	12,96	9,22	9,96	10,10
Ужин: 25 %	11,83	15,42	17,16	16,00
Итого за день: 100 %	166,85	145,98	80,46	110,47

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,0 : 2,3

Зав. производством  / _____ /

Калькулятор  // _____ //