

МЕНЮ

АЛЛЕРГИКИ САД

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ И СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ 200	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ЯЧНЕВОЙ КРУПЫ 150	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ С КУРАГОЙ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ 200	КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ 150	КАША "ДРУЖБА" 150
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 190	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 190	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180
ГРУША СВЕЖАЯ 100	БАНАН СВЕЖИЙ 100			ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ГРУША СВЕЖАЯ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 100
II Завтрак									
ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ 200		ЧАЙ С САХАРОМ 200		ЧАЙ С САХАРОМ 200		ЧАЙ С САХАРОМ 200
Обед									
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 50	САЛАТ "ЛЕТНИЙ" (ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ, ПОМИДОРЫ, ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ, УКРОП, ПЕТРУШКА) 50	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 50	ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ (ПОРЦИОННО) 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ 50	СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ 50	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 50	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ 50	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 50
БУЛЬОН С ГРЕНКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 170/10/20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 190/1	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/5/1	БОРЩ СИБИРСКИЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 175/10/1	РАССОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/10/1	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 180/20	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ,КАРТОФЕЛЕ М, СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 170/15/1	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 180/10/1	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ УКРОПА 180/12/1
МЯСО ОТВАРНОЕ 50	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 220	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 130	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ 200	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 150	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 140	МЯСО ОТВАРНОЕ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	МЯСО ОТВАРНОЕ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 130	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 140	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/10	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 180/10
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 200	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	КОМПОТ ИЗ ЧЕРНОСЛИВА 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ 200	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ						БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	
Полдник									
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 180	МЯСО ОТВАРНОЕ 50	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 140	МЯСО ОТВАРНОЕ 50	РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ 200	МЯСО ОТВАРНОЕ 50	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ 50	МЯСО ОТВАРНОЕ 50	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ 200
СОУС КЛЮКВЕННЫЙ 30	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 150	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ (КАРТОФЕЛЬ, МОРКОВЬ, РЕПА, КАПУСТА Б/К, БРЮКВА) 130	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 140	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 200	КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ ПОД СОУСОМ 130	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 200	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ЧАЙ С САХАРОМ 190	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20	ЧАЙ С САХАРОМ 180
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 60	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 180	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 60	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 60
	ПЕЧЕНЬЕ 21		ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ 60		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25		БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 25	ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ 60	
					ПРЯНИКИ 30		БУЛОЧКА РОЗОВАЯ 55		

МЕНЮ

АЛЛЕРГИКИ САД

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
КАША ПШЕННАЯ НА ВОДЕ	205		4,33	1,02	30,27	147,56
ПШЕНО	39,190	38,800	4,33	1,02	26,50	132,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170,000	170,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			6,62	1,89	51,58	249,87
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,60	0,60	14,70	65,90
ЯБЛОКИ	170,400	150,000	0,60	0,60	14,70	70,50
			0,60	0,60	14,70	65,90
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50		0,38	0,00	0,88	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	51,020	50,000	0,40	0,05	0,85	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200/10		3,61	4,08	5,54	73,31
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
КАРТОФЕЛЬ	42,860	30,000	0,58	0,12	4,74	22,41
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,900	10,000	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,600	108,600	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ОТВАРНОЕ	60		10,83	9,31	0,00	126,88
ГОВЯДИНА Б/К	71,430	60,000	10,83	9,31	0,00	126,88
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200,000	200,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ	150		2,91	5,43	23,72	155,64
КАРТОФЕЛЬ	214,290	150,000	2,91	0,58	23,72	112,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,12	0,12	23,60	96,84
ЯБЛОКИ	25,600	22,600	0,09	0,09	2,14	10,30
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,200	187,200	0,00	0,00	0,00	0,00

ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,50	0,58	10,28	52,40
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
			21,05	19,72	74,62	562,57
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200		21,39	26,03	33,19	452,36
ФИЛЕ ГРУДКИ	104,590	102,500	18,10	18,29	0,00	236,63
КРУПА РИСОВАЯ	44,200	43,760	2,97	0,43	31,41	141,35
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,370	8,710	0,12	0,02	0,69	3,46
МОРКОВЬ	20,300	16,240	0,20	0,02	1,09	5,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	7,500	7,500	0,00	7,27	0,00	65,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,100	1,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
			23,13	26,23	49,68	527,07
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			51,40	48,44	190,58	1 405,41

МЕНЮ

АЛЛЕРГИКИ САД

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
КАША РИСОВАЯ НА ВОДЕ	205		2,02	0,29	25,09	111,02
КРУПА РИСОВАЯ	30,000	29,700	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170,000	170,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,31	1,16	46,40	213,33
II Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,04	0,00	5,89	23,71
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,50	0,13	1,90	12,00
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,520	50,000	0,55	0,10	1,90	12,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1		4,95	4,75	17,01	130,73
ФИЛЕ ГРУДКИ	15,000	14,700	2,60	2,62	0,00	33,94
КАРТОФЕЛЬ	100,430	70,300	1,37	0,27	11,12	52,51
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	7,000	7,000	0,75	0,09	4,79	22,95
МОРКОВЬ	8,750	7,000	0,09	0,01	0,47	2,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,400	7,000	0,10	0,01	0,55	2,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	1,800	1,800	0,00	1,75	0,00	15,69
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	122,900	122,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,100	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200		25,78	9,05	22,39	301,52
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	148,820	126,500	21,96	4,54	0,00	155,84
КРУПА РИСОВАЯ	25,760	25,500	1,74	0,25	18,30	82,37
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	60,120	50,500	0,69	0,10	4,02	20,09
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,26 шт.	9,100	1,13	1,02	0,06	13,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,100	0,26	0,23	0,01	3,20

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		0,99	0,12	6,38	30,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,50	0,60	10,27	52,23
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
			33,76	14,65	63,84	551,11
Полдник						
МЯСО ОТВАРНОЕ	50		9,02	7,76	0,00	105,73
ГОВЯДИНА Б/К	59,520	50,000	9,02	7,76	0,00	105,73
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,000	100,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ	130		2,41	4,76	19,60	130,99
КАРТОФЕЛЬ	177,140	124,000	2,41	0,49	19,60	92,62
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	4,400	4,400	0,00	4,27	0,00	38,37
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180		0,14	0,14	9,23	39,63
ЯБЛОКИ	40,910	36,000	0,14	0,14	3,42	16,41
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,41	31,06
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
			12,57	12,78	35,24	307,41
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,68	28,59	151,37	1 095,56

МЕНЮ
АЛЛЕРГИКИ САД
ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,56	0,59	17,57	80,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ДЖЕМ	10,000	10,000	0,06	0,01	7,29	28,40
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50		1,45	2,53	3,04	40,48
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,500	0,500	0,02	0,00	0,04	0,24
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	80		9,80	9,00	0,60	121,80
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	70,000	8,62	7,81	0,48	106,60
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			12,85	12,12	27,10	266,79
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,51	15,42	70,07
ГРУША	166,700	150,000	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,51	15,42	70,07
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,550	50,000	0,40	0,05	1,25	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/1		1,21	3,33	5,73	58,22
КАРТОФЕЛЬ	27,860	19,500	0,38	0,08	3,08	14,57
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	40,630	32,500	0,57	0,03	1,48	8,83
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,900	10,000	0,14	0,02	0,80	3,98
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,600	1,600	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,300	3,300	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	130,400	130,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ йОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,050	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70		21,03	22,19	3,97	299,22
ГОВЯДИНА Б/К	134,520	113,000	20,39	17,54	0,00	238,95
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	23,810	20,000	0,27	0,04	1,59	7,95
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	4,700	4,700	0,00	4,56	0,00	40,98
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,500	3,500	0,37	0,05	2,38	11,34
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	46,700	46,700	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ йОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00

КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130		7,33	4,83	33,23	205,42
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	60,000	60,000	7,33	1,92	33,23	179,26
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90,000	90,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15		0,10	0,00	10,96	56,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,600	178,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	15,000	15,000	0,06	0,00	10,88	56,31
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		0,99	0,12	6,38	30,92
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,65	39,08
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	1,13	0,44	7,71	39,30
			32,16	30,97	69,22	696,66
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200		14,81	12,71	12,85	226,11
ГОВЯДИНА Б/К	79,400	66,700	12,04	10,35	0,00	141,05
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	133,380	106,700	1,86	0,11	4,86	28,98
КРУПА РИСОВАЯ	8,990	8,900	0,60	0,09	6,39	28,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,860	15,000	0,20	0,03	1,19	5,97
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,200	2,200	0,00	2,13	0,00	19,19
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,200	2,200	0,11	0,00	0,41	2,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,300	1,300	0,00	0,00	0,00	0,00
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,08	0,08	7,71	32,34
ЯБЛОКИ	22,730	20,000	0,08	0,08	1,90	9,12
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	192,600	192,600	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,10	0,50	7,70	39,30
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	1,13	0,44	7,71	39,30
			17,69	13,49	38,86	348,75
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,30	57,09	150,60	1 382,27

МЕНЮ
АЛЛЕРГИКИ САД
ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	205		2,97	0,29	24,11	109,87
КРУПА МАННАЯ	29,700	29,700	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,26	1,16	45,42	212,18
II Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,04	0,00	5,89	23,71
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50		0,82	7,43	6,08	94,51
КАРТОФЕЛЬ	52,860	37,000	0,72	0,15	5,85	27,64
ЛУК ЗЕЛЕНЫЙ	9,380	7,500	0,10	0,01	0,23	1,46
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	7,500	7,500	0,00	7,27	0,00	65,41
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,200	0,200	0,00	0,00	0,00	0,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ	200/10		4,13	5,69	8,01	100,24
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
СВЕКЛА	29,410	25,000	0,37	0,03	2,13	10,19
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,630	12,500	0,22	0,01	0,57	3,40
КАРТОФЕЛЬ	17,860	12,500	0,24	0,05	1,98	9,34
МОРКОВЬ	9,750	7,800	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,400	6,200	0,09	0,01	0,49	2,46
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,700	4,700	0,22	0,00	0,86	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,200	3,200	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,900	124,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ОТВАРНОЕ	50		9,02	7,76	0,00	105,73
ГОВЯДИНА Б/К	59,520	50,000	9,02	7,76	0,00	105,73
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,000	100,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	150		2,74	0,39	16,19	80,03
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75,000	60,000	1,05	0,06	2,74	16,30
КАРТОФЕЛЬ	114,290	80,000	1,55	0,31	12,65	59,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,900	10,000	0,14	0,02	0,80	3,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,000	50,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,88	0,75	12,85	65,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			20,33	22,22	59,62	521,01
Полдник						
МЯСО ОТВАРНОЕ	110		19,85	17,07	0,00	232,61
ГОВЯДИНА Б/К	130,950	110,000	19,85	17,07	0,00	232,61
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	220,000	220,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,08	0,00	7,90	31,92
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,400	0,400	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200,000	200,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,640	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,29	3,01	26,05	111,22
ПЕЧЕНЬЕ	30,000	30,000	2,18	2,85	21,65	121,35
			22,62	20,48	43,75	422,75
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,25	43,86	154,68	1 179,65

МЕНЮ

АЛЛЕРГИКИ САД

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40		3,00	1,16	20,56	104,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40,000	40,000	3,00	1,16	20,56	104,80
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА НА ВОДЕ ("ДРУЖБА")	200		1,80	0,36	19,82	89,66
КРУПА РИСОВАЯ	10,100	10,000	0,68	0,10	7,18	32,30
ПШЕНО	10,100	10,000	1,12	0,26	6,83	34,14
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	174,000	174,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,400	0,400	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,84	1,52	46,27	218,17
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,51	15,42	70,07
ГРУША	166,700	150,000	0,60	0,45	15,45	70,50
			0,60	0,51	15,42	70,07
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,69	2,96	4,05	45,51
СВЕКЛА	55,880	47,500	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/18		5,58	5,29	11,87	117,66
ГОВЯДИНА Б/К	25,360	21,300	3,84	3,31	0,00	45,04
КАРТОФЕЛЬ	94,430	66,100	1,28	0,25	10,45	49,37
МОРКОВЬ	8,250	6,600	0,09	0,01	0,45	2,24
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,860	6,600	0,09	0,01	0,52	2,63
ТОМАТНАЯ ПАСТА	1,600	1,600	0,08	0,00	0,29	1,58
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	1,600	1,600	0,00	1,55	0,00	13,95
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,700	115,700	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	2,200	1,800	0,03	0,00	0,15	0,72
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	1,800	1,800	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,400	0,17	0,16	0,01	2,13
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,100	0,100	0,00	0,00	0,00	0,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200		19,76	21,37	26,41	376,87
ГОВЯДИНА Б/К	107,380	90,200	16,28	14,00	0,00	190,74

КАРТОФЕЛЬ	214,290	150,000	2,91	0,58	23,72	112,04
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	4,500	4,500	0,57	0,00	2,69	13,05
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,91	0,05	14,71	63,73
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18,000	18,000	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,600	183,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,88	0,75	12,85	65,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			30,52	30,62	80,49	720,56
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,60	0,10	1,90	12,00
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	50,520	50,000	0,55	0,10	1,90	12,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150		7,19	7,85	29,04	215,71
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	40,600	40,600	4,34	0,51	27,76	133,11
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,800	1,800	0,01	1,45	0,01	13,06
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,5 шт.	17,500	2,15	1,95	0,12	26,66
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	24,200	24,200	0,68	0,59	1,13	12,68
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	1,800	1,800	0,00	1,75	0,00	15,69
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,000	2,000	0,01	1,60	0,02	14,51
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			7,83	7,95	36,83	251,42
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			43,79	40,60	179,01	1 260,22

МЕНЮ
АЛЛЕРГИКИ САД
ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40		1,97	0,75	23,79	108,10
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
ДЖЕМ	15,000	15,000	0,09	0,02	10,94	42,60
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	205		2,02	0,29	25,09	111,02
КРУПА РИСОВАЯ	29,700	29,700	2,02	0,29	21,32	95,93
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170,000	170,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			4,03	1,04	54,77	242,83
II Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,04	0,00	5,89	23,71
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,69	2,96	4,05	45,51
СВЕКЛА	55,880	47,500	0,69	0,05	4,05	19,35
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,000	3,000	0,00	2,91	0,00	26,16
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ	200/10		4,26	6,62	10,32	118,21
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
КАРТОФЕЛЬ	85,710	60,000	1,16	0,23	9,49	44,81
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,600	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	12,240	12,000	0,10	0,01	0,19	1,51
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	4,000	4,000	0,00	3,88	0,00	34,88
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70		10,40	4,00	9,30	135,30
ФИЛЕ ГРУДКИ	50,000	49,000	8,65	8,75	0,00	113,12
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,3 шт.	10,500	1,29	1,17	0,07	16,00
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	14,700	14,700	0,42	0,36	0,69	7,70
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,500	2,500	0,01	2,00	0,02	18,14
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,500	2,500	0,26	0,03	1,70	8,10
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,900	2,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,150	0,150	0,00	0,00	0,00	0,00

МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150		5,42	2,58	34,74	183,99
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	50,800	50,800	5,42	0,64	34,74	166,55
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,000	1,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180		0,14	0,11	9,41	39,63
ГРУША	40,000	36,000	0,14	0,11	3,60	16,41
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,88	0,75	12,85	65,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			24,49	17,22	91,27	639,43
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,32	0,00	1,04	5,60
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	41,240	40,000	0,32	0,04	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150		17,57	15,66	16,90	278,69
ГОВЯДИНА Б/К	102,020	85,700	15,46	13,30	0,00	181,23
КАРТОФЕЛЬ	146,290	102,400	1,99	0,40	16,19	76,48
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,500	8,900	0,12	0,02	0,71	3,54
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		3,41	0,40	21,24	102,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,91	0,05	14,71	63,73
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	18,000	18,000	0,91	0,05	8,90	40,51
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,600	183,600	0,00	0,00	0,00	0,00
			22,21	16,11	53,89	450,22
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			50,77	34,37	205,82	1 356,19

МЕНЮ

АЛЛЕРГИКИ САД

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	205		2,97	0,29	24,11	109,87
КРУПА МАННАЯ	29,700	29,700	2,97	0,29	20,34	94,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,26	1,16	45,42	212,18
II Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,04	0,00	5,89	23,71
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,550	50,000	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1		4,03	4,25	12,17	103,25
ФИЛЕ ГРУДКИ	14,290	14,000	2,47	2,50	0,00	32,32
КАРТОФЕЛЬ	100,290	70,200	1,36	0,27	11,10	52,43
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,760	12,400	0,16	0,02	0,99	4,93
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	1,500	1,500	0,00	1,46	0,00	13,09
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	109,200	109,200	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	1,050	1,000	0,04	0,00	0,08	0,48
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80		16,83	10,28	2,67	189,65
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	105,410	89,600	15,56	3,22	0,00	110,38
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,520	8,000	0,11	0,02	0,64	3,18
МОРКОВЬ	13,380	10,700	0,14	0,01	0,72	3,64
КАРТОФЕЛЬ	11,430	8,000	0,16	0,03	1,26	5,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	4,800	4,800	0,00	4,66	0,00	41,86
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,2 шт.	7,000	0,86	0,79	0,05	10,66
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ Л.	1,600	1,600	0,00	1,55	0,00	13,95
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00

ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	150		2,20	6,14	13,69	119,44
КАРТОФЕЛЬ	100,000	70,000	1,36	0,27	11,07	52,28
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,000	40,000	0,70	0,04	1,82	10,86
РЕПА	27,030	20,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,900	10,000	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	6,000	6,000	0,00	5,81	0,00	52,32
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,900	33,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180		0,77	0,05	18,69	78,84
СУШЕНЫЕ АБРИКОСЫ БЕЗ КОСТОЧКИ (КУРАГА)	15,000	15,000	0,76	0,05	7,42	33,76
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,400	177,400	0,00	0,00	0,00	0,00
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,200	7,200	0,01	0,00	5,46	21,86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,04	0,24	12,72	61,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,88	0,75	12,85	65,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			28,15	21,71	74,09	625,17
Полдник						
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	205		3,54	1,78	21,57	116,49
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,700	29,700	3,54	1,78	17,80	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170,000	170,000	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,900	0,900	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40		2,67	0,32	17,07	82,67
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	40,000	40,000	2,65	0,35	16,96	81,58
ЧАЙ С САХАРОМ	200		0,08	0,00	7,90	31,92
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,400	0,400	0,08	0,00	0,16	0,96
САХАР ПЕСОК	8,000	8,000	0,00	0,00	7,74	30,96
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	200,000	200,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100		0,40	0,40	9,80	47,00
ЯБЛОКИ	113,640	100,000	0,40	0,40	9,80	47,00
			6,69	2,50	56,34	278,08
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			40,14	25,37	181,74	1 139,14

МЕНЮ
АЛЛЕРГИКИ САД
ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50		1,45	2,53	3,04	40,48
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	73,000	47,500	1,43	0,10	3,00	18,43
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,500	0,500	0,02	0,00	0,04	0,24
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	80		9,80	9,00	0,60	121,80
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2 шт.	70,000	8,62	7,81	0,48	106,60
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			13,54	12,40	24,95	264,59
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,58	0,44	14,99	68,39
ГРУША	166,670	150,000	0,58	0,44	14,99	68,39
			0,58	0,44	14,99	68,39
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,43	2,55	3,90	41,01
МОРКОВЬ	33,750	27,000	0,34	0,03	1,80	9,17
ЯБЛОКИ	25,000	22,000	0,09	0,09	2,10	10,03
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,500	2,500	0,00	2,43	0,00	21,81
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ	200/10		4,39	5,94	11,11	115,82
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
КАРТОФЕЛЬ	72,430	50,700	0,98	0,19	8,01	37,87
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,330	3,300	0,30	0,04	2,14	10,09
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,900	10,000	0,14	0,02	0,80	3,98
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	10,310	10,100	0,08	0,01	0,16	1,27
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,300	3,300	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	127,400	127,400	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ йОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70		10,96	16,39	10,47	232,93
ФИЛЕ ГРУДКИ	52,860	51,800	9,15	9,24	0,00	119,58
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,600	12,600	0,92	0,36	6,29	32,02
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,200	18,200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	4,200	4,200	0,00	4,07	0,00	36,63
СОЛЬ йОДИРОВАННАЯ	0,230	0,230	0,00	0,00	0,00	0,00

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,800	2,800	0,00	2,72	0,00	24,41
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150		2,38	6,75	15,42	131,72
СВЕКЛА	192,350	163,500	2,38	0,16	13,96	66,61
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	6,800	6,800	0,00	6,59	0,00	59,30
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46	5,81
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180		0,40	0,09	17,29	72,28
ВИНОГРАД СУШЕНЫЙ (ИЗЮМ)	18,000	18,000	0,40	0,09	11,48	49,06
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	183,600	183,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,69	0,20	10,56	50,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,88	0,75	12,84	65,69
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			22,13	32,67	81,59	710,25
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		4,90	4,50	0,30	60,90
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	35,000	4,32	3,91	0,24	53,30
ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	150		2,74	5,24	16,19	123,63
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	75,000	60,000	1,05	0,06	2,74	16,30
КАРТОФЕЛЬ	114,290	80,000	1,55	0,31	12,65	59,75
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,900	10,000	0,14	0,02	0,80	3,98
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,000	50,000	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,81	5,01	43,42	185,37
ПЕЧЕНЬЕ	50,000	50,000	3,64	4,75	36,08	202,25
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15		0,10	0,00	10,96	56,80
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	178,600	178,600	0,00	0,00	0,00	0,00
ВАРЕНЬЕ СТЕРИЛИЗОВАННОЕ	15,000	15,000	0,06	0,00	10,88	56,31
			13,25	14,95	81,47	477,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			49,50	60,46	203,00	1 520,93

МЕНЮ
АЛЛЕРГИКИ САД
ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	30		2,25	0,87	15,42	78,60
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30,000	30,000	2,25	0,87	15,42	78,60
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	205		3,54	1,78	21,57	116,49
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	29,700	29,700	3,54	1,78	17,80	101,40
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	170,000	170,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,900	0,900	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,83	2,65	42,88	218,80
II Завтрак						
БАНАН СВЕЖИЙ	100		1,50	0,50	21,00	96,00
БАНАН	142,900	100,000	1,50	0,50	21,00	96,00
			1,50	0,50	21,00	96,00
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50		0,38	0,00	0,90	6,50
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	51,020	50,000	0,40	0,05	0,85	6,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ	200/10		4,13	5,69	8,01	100,24
ГОВЯДИНА Б/К	19,050	16,000	2,89	2,48	0,00	33,83
СВЕКЛА	29,410	25,000	0,37	0,03	2,13	10,19
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	15,630	12,500	0,22	0,01	0,57	3,40
КАРТОФЕЛЬ	17,860	12,500	0,24	0,05	1,98	9,34
МОРКОВЬ	9,750	7,800	0,10	0,01	0,52	2,65
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,400	6,200	0,09	0,01	0,49	2,46
ТОМАТНАЯ ПАСТА	4,700	4,700	0,22	0,00	0,86	4,65
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,200	3,200	0,00	3,10	0,00	27,91
САХАР ПЕСОК	1,500	1,500	0,00	0,00	1,46	5,81
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	124,900	124,900	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ОТВАРНОЕ	80		14,43	12,42	0,00	169,17
ГОВЯДИНА Б/К	95,240	80,000	14,43	12,42	0,00	169,17
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ НА ВОДЕ	150		2,48	5,34	20,23	139,20
КАРТОФЕЛЬ	182,860	128,000	2,48	0,49	20,23	95,60
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	5,000	5,000	0,00	4,85	0,00	43,60
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50,000	50,000	0,00	0,00	0,00	0,00

ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20		1,50	0,60	10,27	52,23
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
			24,66	24,25	55,90	542,05
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180		13,32	11,46	11,53	203,46
ГОВЯДИНА Б/К	71,430	60,000	10,83	9,31	0,00	126,88
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120,000	96,000	1,68	0,10	4,37	26,07
КРУПА РИСОВАЯ	8,080	8,000	0,54	0,08	5,74	25,84
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,710	13,200	0,17	0,03	1,05	5,25
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,000	2,000	0,10	0,00	0,37	1,98
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,200	1,200	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,41	31,06
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180		0,14	0,11	9,41	39,63
ГРУША	40,000	36,000	0,14	0,11	3,60	16,41
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150,000	150,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			14,46	11,69	27,35	274,15
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			46,45	39,09	147,13	1 131,00

МЕНЮ
АЛЛЕРГИКИ САД
ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,56	0,59	17,57	80,80
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20,000	20,000	1,50	0,58	10,28	52,40
ДЖЕМ	10,000	10,000	0,06	0,01	7,29	28,40
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205		4,33	1,02	30,27	147,56
ПШЕНО	38,800	38,800	4,33	1,02	26,50	132,47
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	160,000	160,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,800	0,800	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	3,900	3,900	0,00	0,00	3,77	15,09
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			5,93	1,61	53,73	252,07
II Завтрак						
ЧАЙ С САХАРОМ	180		0,04	0,00	5,89	23,71
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	180,000	180,000	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,04	0,00	5,89	23,71
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,00	1,30	7,00
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	51,550	50,000	0,40	0,05	1,25	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10		4,94	4,01	20,54	138,30
КАРТОФЕЛЬ	47,140	33,000	0,64	0,13	5,22	24,65
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	13,200	13,100	2,92	0,20	6,11	37,99
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,800	6,700	0,09	0,01	0,53	2,67
МОРКОВЬ	10,250	8,200	0,11	0,01	0,55	2,78
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	3,300	3,300	0,00	3,20	0,00	28,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	115,300	115,300	0,00	0,00	0,00	0,00
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	16,300	16,300	1,18	0,46	8,13	41,43
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,600	0,600	0,00	0,00	0,00	0,00
МЯСО ОТВАРНОЕ	50		9,02	7,76	0,00	105,73
ГОВЯДИНА Б/К	59,520	50,000	9,02	7,76	0,00	105,73
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,300	0,300	0,00	0,00	0,00	0,00
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100,000	100,000	0,00	0,00	0,00	0,00
ОВОЩИ ТУШЁНЫЕ	130		2,20	0,91	13,69	72,35
КАРТОФЕЛЬ	100,000	70,000	1,36	0,27	11,07	52,28
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	50,000	40,000	0,70	0,04	1,82	10,86

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,900	10,000	0,14	0,02	0,80	3,98
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	0,600	0,600	0,00	0,58	0,00	5,23
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44,000	44,000	0,00	0,00	0,00	0,00
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180		0,12	0,11	13,84	57,39
ЯБЛОКИ	30,680	27,000	0,11	0,11	2,57	12,31
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	177,400	177,400	0,00	0,00	0,00	0,00
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7,200	7,200	0,01	0,00	5,46	21,86
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,70	0,20	10,60	51,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,88	0,75	12,85	65,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25,000	25,000	1,88	0,73	12,85	65,50
			20,26	13,74	72,82	497,56
Полдник						
КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70		12,43	11,45	10,36	194,01
ГОВЯДИНА Б/К	70,240	59,000	10,64	9,16	0,00	124,76
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	12,400	12,400	0,90	0,35	6,18	31,52
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	16,700	16,700	0,00	0,00	0,00	0,00
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	7,000	7,000	0,89	0,00	4,18	20,29
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,000	2,000	0,00	1,94	0,00	17,44
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,700	0,700	0,00	0,00	0,00	0,00
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150		2,42	3,25	18,67	114,16
КАРТОФЕЛЬ	151,290	105,900	2,06	0,41	16,74	79,09
МОРКОВЬ	36,000	28,800	0,36	0,03	1,93	9,78
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18,200	18,200	0,00	0,00	0,00	0,00
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ Л.	2,900	2,900	0,00	2,81	0,00	25,29
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,500	0,500	0,00	0,00	0,00	0,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,01	0,12	6,34	30,48
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15,000	15,000	0,99	0,13	6,36	30,59
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	34,00
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,200	0,200	0,04	0,00	0,08	0,49
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	194,400	194,400	0,00	0,00	0,00	0,00
САХАР ПЕСОК	6,000	6,000	0,00	0,00	5,81	23,22
			15,86	14,82	43,77	372,65
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			42,09	30,17	176,21	1 145,99