

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe				
582/21	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	60	4,18	5,10	6,78	41,82	248,70	0,07	0,04		39,00	24,60	52,20	9,00	0,60				
495/21	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (200)	200	2,18	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23				
Итого по подменю:			6,36	5,54	6,80	63,60	337,76	0,07	0,05	0,40	39,00	47,10	67,60	15,00	1,83				

УЖИН (День 1,)

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe				
353/13	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	70	0,56	11,12	1,90	5,55	83,78	0,08	0,12	0,46	29,40	45,78	169,50	35,14	0,78				
152/21	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150	2,33	2,89	13,56	23,33	226,96	0,17	0,11	28,55	28,50	15,99	85,08	32,83	1,30				
486/21	КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (200)	200	1,19	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00		3,50	2,20	1,80	0,47				
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55				
Итого по подменю:			6,54	17,89	15,94	65,42	476,74	0,32	0,25	31,01	57,90	75,27	289,28	76,77	3,10				

Зае. производит.  /Батуева Л.В./

Калькулятор  /Язева Н.А./

N рец.	Наименование блюда	Выход	КЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe		

ПОЛДНИК (День 2,)

580/21	ВАФЛИ 50	50	3,87	1,40	1,65	38,65	175,05	0,02	0,02		1,00	8,00	28,00	5,00	0,75
487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (200)	200	1,52	0,32	0,21	15,23	64,16	0,02	0,01	10,70		13,95	8,59	6,16	1,20

Итого по подменю: 5,39 1,72 1,86 53,88 239,21 0,04 0,03 10,70 1,00 21,95 36,59 11,16 1,95

УЖИН (День 2,)

376/21	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	1,92	20,28	20,27	19,15	340,18	0,21	0,23	24,45	67,90	33,78	233,87	49,45	2,72
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,00			9,98	39,92					0,36	0,04	0,03	0,03
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55

Итого по подменю: 5,38 24,08 20,67 53,73 497,30 0,27 0,25 24,45 67,90 44,14 266,41 56,48 3,30

Зав. производ.  /Батурина Л.В./ Калькулятор _____ /Язева Н.А./

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор
Векшина А.А./

Заведующий

/Верхоланцева М.В./

Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ, ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

День 3

ЗАВТРАК (День 3,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Амкг	Са	Р	Мг	Fe
202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	170	4,44	9,82	7,96	44,41	288,52	0,34	0,16	5,59	26,15	17,11	233,44	155,35	5,22
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
578/21	ПЕЧЕНЬЕ/СУШКА/ВАФЛИ	30	4,41	3,39	4,38	44,10	229,38	0,04	0,03		20,10	17,10	42,90	7,50	0,75
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,00			9,98	39,92					0,36	0,04	0,03	0,03

Итого по подменю: 10,83 14,73 12,50 108,33 604,70 0,40 0,20 5,59 46,25 38,57 289,38 165,68 6,22

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 3,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Амкг	Са	Р	Мг	Fe
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ; ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
			Итого по подменю:			1,15	11,50	46,00	0,01	0,01	2,00	7,00	7,00	4,00	1,40
9/21	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	50	0,45	0,87	3,06	4,53	49,11	0,01	0,01	13,15		22,62	18,42	7,88	0,33
131/21	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	170	1,60	3,45	4,60	15,98	119,08	0,11	0,14	13,80	25,50	80,51	96,94	24,83	0,71
143/21	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА 10ГР	10	0,05	0,08	0,01	0,49	2,34					0,20	0,65	0,14	0,01
339/21	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	1,07	12,53	12,42	10,72	204,81	0,06	0,13	0,20	3,08	26,67	135,51	18,10	1,80
202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	3,40	7,51	6,09	33,96	220,63	0,26	0,12	4,28	20,00	13,08	178,51	118,80	3,99
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	180	1,51	0,45	0,20	15,11	64,09	0,02	0,02	24,62		17,65	11,82	7,60	0,86
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22

№ рещ.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г				Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У	В1		В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe					
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02					11,50	53,00	12,50	1,55			
Итого по подменю:				10,93	30,31	27,24	109,28	803,44	0,54	0,45	56,05	48,58	176,23	507,85	192,65	9,47				

ПОЛДНИК (День 3,)

582/21	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	60	4,18	5,10	6,78	41,82	248,70	0,07	0,04			39,00	24,60	52,20	9,00	0,60
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ (200)	200	1,68	0,50	0,22	16,79	71,21	0,03	0,02	27,36			19,61	13,13	8,45	0,96
Итого по подменю:				5,86	5,60	7,00	58,61	319,91	0,10	0,06	27,36	39,00	44,21	65,33	17,45	1,56

УЖИН (День 3,)

156/21	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ	200	0,17	0,58	4,98	1,74	56,50		0,01			24,00	1,44	1,80		0,01
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,00			9,98	39,92						0,36	0,04	0,03	0,03
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02				10,00	32,50	7,00	0,55
Итого по подменю:				3,63	4,38	5,38	36,32	213,62	0,06	0,03		24,00	11,80	34,34	7,03	0,59

Зав. производ.

/Батурева Л.В./

Калькулятор

/Язева Н.А./

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	КДБ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р

ПОЛДНИК (День 4,)

578/21	СУШКИ (ПОРЦ.)	70																		
496/21	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (200)	200	1,96	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00		12,30	3,40	3,40	0,63					

УЖИН (День 4,)

111/2003	ФАСОЛЬ ОТВАРНАЯ	200	4,56	20,37	11,93	45,59	371,21	0,49	0,18			145,50	465,80	99,91	5,72					
476/21	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК СВЕЖИХ	200	2,57	0,13	0,12	25,71	104,43	0,01	0,01	2,98		9,22	10,98	2,68	0,70					
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55					

Итого по подменю: 9,59 24,30 12,45 95,90 592,84 0,56 0,21 2,98 164,72 509,28 109,59 6,97

Зав. производ.  /Батуева Д.В./

Калькулятор _____ /Язева Н.А./

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор

Векшина А.А./

Заведующий

Верхоглядцева М.В./

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ, ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

День 5

ЗАВТРАК (День 5,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг								
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				
54/2003	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	170	1,95	1,84	5,36	19,46	133,43	0,02	0,01					2,10	39,55	13,15	0,26		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22		
578/21	ПЕЧЕНЬЕ/СУШКА/ВАФЛИ	30	4,41	3,39	4,38	44,10	229,38	0,04	0,03					20,10	17,10	42,90	7,50	0,75	
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,02	0,07	0,01	10,20	41,11							2,88		3,24	1,62	0,89	0,08

Итого по подменю:

8,36 6,82 9,91 83,60 450,80 0,08 0,05 2,88 20,10 26,44 97,07 24,34 1,31

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 5,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Б	Ж	У	Калории, ккал	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe		
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,15				11,50	46,00	0,01	0,01	2,00			7,00	7,00	4,00	1,40

Итого по подменю:

1,15 11,50 46,00 0,01 0,01 2,00 7,00 7,00 4,00 1,40

ОБЕД (День 5,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Б	Ж	У	Калории, ккал	В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
26/21	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,42	0,72	3,05	4,22	47,18	0,01	0,02	4,80		17,76	20,70	10,56	0,67	
116/21	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	0,78	1,31	3,78	7,75	70,29	0,06	0,04	15,01		15,02	35,21	14,68	0,53	
334/21	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	2,68	24,91	24,52	26,80	427,51	0,27	0,34	31,00		30,13	325,40	64,42	4,79	
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,41	0,64	2,10	4,09	37,79	0,02	0,02	3,38		10,00	2,58	8,00	4,15	0,21
495/21	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,96	0,40	0,02	19,60	80,15		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22	
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55	

Итого по подменю:

9,10 33,40 34,33 90,95 806,30 0,44 0,46 54,55 36,75 101,24 469,17 114,51 9,08

N рец.	Наименование блюда	Выход	АЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мg	Fe		

ПОЛДНИК (День 5,)

582/21	ПЕЧЕНЬЕ (ПОРЦ.)	30	2,09	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0,02		19,50	12,30	26,10	4,50	0,30
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	0,88	0,36	0,36	8,82	39,96	0,03	0,02	9,00		14,40	9,90	8,10	1,98
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (200)	200	2,18	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23

Итого по подменю:

УЖИН (День 5,)

145/21	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	0,06	0,81	0,66	0,61	11,57	0,01	0,03	0,69	14,00	5,22	14,75	1,64	0,20
99/2003	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	0,87	2,97	7,68	8,65	115,62	0,06	0,06	69,45		78,05	57,96	26,73	1,06
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,02	0,07	0,01	10,20	41,11			2,88		3,24	1,62	0,89	0,08
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55
Итого по подменю:			4,41	7,65	8,75	44,06	285,50	0,13	0,11	73,02	14,00	96,51	106,83	36,26	1,89

Зав. производ.  /Батуева Л.В./

Калькулятор _____ /Язеева Н.А./

"Утверждаю"
 ООО "Триумф"

Согласовано"
 ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

Директор

Векушина А.А./

Заведующий

Верхолапцева М.В./

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

День 6

ЗАВТРАК (День 6,)

N ред.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г					Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг					
			Б	Ж	У	В1	В2		С	А,мкг	Са	Р	Mg	Fe						
53/2003	КАША КУКУРУЗНАЯ	170	2,41	2,82	5,50	24,14	157,37	0,04	0,02						6,80	37,16	10,20	0,92		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01						4,00	13,00	2,80	0,22		
578/21	ПЕЧЕНЬЕ/СУШКА/ВАФЛИ	30	4,41	3,39	4,38	44,10	229,38	0,04	0,03					20,10	17,10	42,90	7,50	0,75		
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,00			9,98	39,92								0,36	0,04	0,03	0,03		
			Итого по подменю: 8,80 7,73 10,04 88,06 473,55 0,10 0,06 20,10 28,26 93,10 20,53 1,92																	

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 6,)

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00					7,00	7,00	4,00	1,40	
			Итого по подменю: 1,15 11,50 46,00 0,01 0,01 2,00 7,00 7,00 4,00 1,40																

ОБЕД (День 6,)

2/21	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	0,30	0,64	2,58	3,00	37,74	0,02	0,02	12,88					16,79	15,28	9,32	0,46	
129/21	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1,33	1,93	3,87	13,25	95,53	0,07	0,04	8,57					8,52	35,34	13,28	0,58	
308/21	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	0,42	9,24	3,01	4,16	80,60	0,07	0,11	1,44				26,88	37,28	146,51	33,62	0,77	
152/21	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	120	1,87	2,31	10,85	18,66	181,57	0,14	0,09	22,84				22,80	12,79	68,06	26,27	1,04	
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (180)	180	1,08	0,07	0,07	10,75	43,92	0,01		1,80					3,15	1,98	1,62	0,42	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01						4,00	13,00	2,80	0,22	
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02						11,50	53,00	12,50	1,55	
			Итого по подменю: 7,85 19,61 21,24 78,31 582,74 0,39 0,29 47,53 49,68 94,03 333,17 99,41 5,04																

№ п/п	Наименование блюда	Выход	кДЭ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe		

ПОЛДНИК (День 6,)

579/21	СУХАРИ	50	0,17	0,21	0,27	1,67	9,95								0,55	2,00	0,35	0,03
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (200)	200	1,19	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00				3,50	2,20	1,80	0,47	

Итого по подменю: 1,36 0,29 0,35 13,61 58,75 0,01 2,00 4,05 4,20 2,15 0,50

УЖИН (День 6,)

375/21	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	200	3,45	14,88	20,06	34,50	378,04	0,09	0,12	2,53	44,10	19,94	182,71	39,27	1,60			
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,00			9,98	39,92					0,36	0,04	0,03	0,03			
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55			

Итого по подменю: 6,91 18,68 20,46 69,08 535,16 0,15 0,14 2,53 44,10 30,30 215,25 46,30 2,18

Зав. производ.  /Батуева Л.В./ Калькулятор _____ /Язеева Н.А./

"Утверждаю"
 ООО "Триумф"

"Согласовано"
 ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

Директор

Векшина А.А./
 «Триумф»

Заведующий

Верхолапцева М.В./

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ, ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

День 7

ЗАВТРАК (День 7,)

N рец.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витаминны, мг							
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe
202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	170	4,44	9,82	7,96	44,41	288,52	0,34	0,16	5,59	26,15	17,11	233,44	155,35	5,22
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01				4,00	13,00	2,80
578/21	ПЕЧЕНЬБЕ/СУШКА/ВАФЛИ	30	4,41	3,39	4,38	44,10	229,38	0,04	0,03		20,10	17,10	42,90	7,50	0,75
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,02	0,07	0,01	10,20	41,11			2,88		3,24	1,62	0,89	0,08
Итого по подменю:			10,85	14,80	12,51	108,55	605,89	0,40	0,20	8,47	46,25	41,45	290,96	166,54	6,27

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 7,)

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ; ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40
Итого по подменю:			1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00		7,00	7,00	4,00	1,40

ОБЕД (День 7,)

149/21	ОВОЩИ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ (ПОРЦИЯМИ)	50	0,41	1,85	0,15	4,10	25,15	0,03	0,03	25,00		40,50	45,00	22,50	1,00
104/21	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	0,24	0,76	3,65	2,38	45,39	0,02	0,02	14,61		17,77	16,22	8,16	0,28
339/21	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	1,07	12,53	12,42	10,72	204,81	0,06	0,13	0,20		3,08	26,67	135,51	18,10
388/21	ПОРЕ ИЗ ГОРОХА	130	3,25	13,37	1,30	32,47	195,08	0,53	0,10			74,98	214,51	69,76	4,43
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1,96	0,40	0,02	19,60	80,15		0,01	0,36		20,25	13,86	5,40	1,11
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01			4,00	13,00	2,80	0,22
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02			11,50	53,00	12,50	1,55
Итого по подменю:			9,78	34,33	18,40	97,76	693,96	0,72	0,32	40,17	3,08	195,67	491,10	139,22	10,39

ПОЛДНИК (День 7,)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ЖЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг		
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
582/21	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	60	4,18	5,10	6,78	41,82	248,70	0,07	0,04		39,00	24,60	52,20	9,00	0,60	
495/21	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (200)	200	2,18	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23	

УЖИН (День 7,)

№ рец.	Наименование блюда	Выход	ЖЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг		
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe	
318/21	МЯСО ОТВАРНОЕ	70	0,05	0,08	0,01	0,46	2,24			0,45		1,76	3,44	1,62	0,05	
102/2003	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	150	1,73	2,17	9,41	17,34	162,76	0,13	0,08	21,07		12,97	64,79	26,26	0,99	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55	
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,00			9,98	39,92					0,36	0,04	0,03	0,03	

Итого по подменю: 5,24 6,05 9,82 52,38 322,12 0,19 0,10 21,52 25,09 100,77 34,91 1,62

Зав. производ. Л.В.В. /Батуева Л.В./

Калькулятор Н.А.В. /Язева Н.А./

"Утверждаю"

ООО "Триумф"

Директор

Векшина А.А./

Заведующий

Верхоланцева М.В./

"Согласовано"

ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ, ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

День 8

ЗАВТРАК (День 8,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг									
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Д	Са	Р	Мг	Fe						
56/2003	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ТЕРКУПЕСА" ЖИДКАЯ	170	2,02	4,18	7,17	20,23	162,17	0,17	0,04									21,76	118,76	39,44	1,33	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01									4,00	13,00	2,80	0,22	
578/21	ПЕЧЕНЬЕ/СУШКА/ВАФЛИ	30	4,41	3,39	4,38	44,10	229,38	0,04	0,03									20,10	17,10	42,90	7,50	0,75
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,00				39,92												0,36	0,04	0,03	0,03

Итого по подменю:

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 8,)

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00								7,00	7,00	4,00	1,40
--------	-----------------------------------	-----	------	--	--	-------	-------	------	------	------	--	--	--	--	--	--	--	------	------	------	------

Итого по подменю:

ОБЕД (День 8,)

26/21	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	50	0,42	0,72	3,05	4,22	47,18	0,01	0,02	4,80								17,76	20,70	10,56	0,67
100/21	РАССОЛЫ НИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	1,45	1,84	3,91	14,51	100,55	0,08	0,05	11,68								11,42	54,74	19,29	0,69
318/21	МЯСО ОТВАРНОЕ	70	0,05	0,08	0,01	0,46	2,24			0,45								1,76	3,44	1,62	0,05
176/21	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	1,45	2,56	3,64	14,53	101,10	0,09	0,08	30,70								41,38	66,27	30,13	1,15
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	180	1,51	0,45	0,20	15,11	64,09	0,02	0,02	24,62								17,65	11,82	7,60	0,86
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01									4,00	13,00	2,80	0,22
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02									11,50	53,00	12,50	1,55

Итого по подменю:

7,73 11,07 11,67 77,32 458,54 0,28 0,20 72,25 6,63 105,47 222,97 84,50 5,19

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ЛЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг															
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe														
ПОЛДНИК (День 8,)																													
582/21	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	60	4,18	5,10	6,78	41,82	248,70	0,07	0,04			39,00	24,60	52,20	9,00	0,60													
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ (200)	200	1,68	0,50	0,22	16,79	71,21	0,03	0,02	27,36			19,61	13,13	8,45	0,96													
Итого по подменю:			5,86	5,60	7,00	58,61	319,91	0,10	0,06	27,36		39,00	44,21	65,33	17,45	1,56													

УЖИН (День 8,)

№ п/п	Наименование блюда	Выход	ЛЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
100/2003	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ЗЕЛЕНЬЮ	200	1,42	4,81	9,33	14,23	160,15	0,09	0,10	116,70			143,22	101,04	49,68	1,82		
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК (200)	200	1,19	0,08	0,08	11,94	48,80	0,01		2,00			3,50	2,20	1,80	0,47		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02				10,00	32,50	7,00	0,55		
Итого по подменю:			5,07	8,69	9,81	50,77	326,15	0,16	0,12	118,70			156,72	135,74	58,48	2,84		

Зав. производ. 

/Батуева Л.В./

Калькулятор _____

/Язева Н.А./

"Утверждаю"
 ООО "Триумф"

"Согласовано"
 ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

Директор

/Векшина А.А./

Заведующий

/Верхолапцева М.В./

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ, ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

День 9

ЗАВТРАК (День 9,)

№ рзд.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг						
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe		
60/2003	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	2,45	3,74	5,58	24,46	163,03	0,10	0,03					29,92	128,38	18,70	0,67
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22
578/21	ПЕЧЕНЬБЕ/СУШКА/ВАФЛИ	30	4,41	3,39	4,38	44,10	229,38	0,04	0,03				20,10	17,10	42,90	7,50	0,75
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	1,00			9,98	39,92							0,36	0,04	0,03	0,03
			Итого по подменю: 8,84 8,65 10,12 88,38 479,21 0,16 0,07 20,10 51,38 184,32 29,03 1,67														

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 9,)

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00				7,00	7,00	4,00	1,40
			Итого по подменю: 1,15 11,50 46,00 0,01 0,01 2,00 7,00 7,00 4,00 1,40														

ОБЕД (День 9,)

1/21	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	0,47	0,77	3,04	4,66	49,10	0,02	0,02	18,00				20,25	14,78	8,03	0,28
95/21	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	0,90	1,36	3,72	8,98	74,81	0,04	0,04	15,10				23,96	35,30	17,59	0,80
350/21	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	70	1,56	8,88	11,20	15,63	198,86	0,09	0,09	8,78			8,91	35,85	137,04	24,96	1,85
202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,40	7,51	6,09	33,96	220,63	0,26	0,12	4,28			20,00	13,08	178,51	118,80	3,99
496/21	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	180	1,77	0,61	0,25	17,68	75,42	0,01	0,05	180,00				11,07	3,06	3,06	0,57
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02					11,50	53,00	12,50	1,55
			Итого по подменю: 10,95 24,55 25,16 109,40 762,20 0,50 0,35 226,16 28,91 119,71 434,69 187,74 9,26														

N рец.	Наименование блюда	Выход	л/Е	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг						Минеральные вещества, мг			
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe		

ПОЛДНИК (День 9,)

578/21	СУШКИ (ТОРЦ.)	70																		
496/21	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА (200)	200	1,96	0,68	0,28	19,64	83,80	0,01	0,06	200,00			12,30	3,40	3,40					0,63

Итого по подменю:

УЖИН (День 9,)

156/21	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ	200	0,17	0,58	4,98	1,74	56,50		0,01		24,00	1,44	1,80							0,01
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,02	0,07	0,01	10,20	41,11			2,88		3,24	1,62	0,89						0,08
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00						0,55

Итого по подменю:

3,65 4,45 5,39 36,54 214,81 0,06 0,03 2,88 24,00 14,68 35,92 7,89 0,64

Зав. производ.



/Батуева Л.В./

Калькулятор

/Язеева Н.А./

"Утверждаю"
ООО "Триумф"

Директор

/Векшина А.А./

Заведующий

/Верхолапцева М.В./

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ, ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

День 10

"Согласовано"
ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

ЗАВТРАК (День 10,)

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe			
54/2003	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	170	1,95	1,84	5,36	19,46	133,43	0,02	0,01					2,10	39,55	13,15	0,26	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22	
578/21	ПЕЧЕНЬЕ/СУШКА/ВАФЛИ	30	4,41	3,39	4,38	44,10	229,38	0,04	0,03					20,10	17,10	42,90	7,50	0,75
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	1,02	0,07	0,01	10,20	41,11							2,88		3,24	1,62	0,08

Итого по подменю: 8,36 6,82 9,91 83,60 450,80 0,08 0,05 2,88 20,10 26,44 97,07 24,34 1,31

2-ОЙ ЗАВТРАК (День 10,)

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	ХЕ	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe			
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1,15			11,50	46,00	0,01	0,01	2,00				7,00	7,00	4,00	1,40	
			Итого по подменю: 1,15 11,50 46,00 0,01 0,01 2,00 7,00 7,00 4,00 1,40															
148/21	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	50	0,29	0,90	0,15	2,85	16,35	0,05	0,03	16,00				15,50	28,00	17,00	0,70	
118/21	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ	180	0,91	1,80	4,15	9,14	81,07	0,07	0,04	14,21				20,22	49,10	19,20	0,66	
333/21	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	1,02	22,40	17,65	10,20	289,19	0,09	0,19	28,26				43,72	232,24	37,87	3,30	
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,16	0,26	0,84	1,64	15,12	0,01	0,01	1,35				4,00	1,03	3,20	1,66	0,08
487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (200)	200	1,52	0,32	0,21	15,23	64,16	0,02	0,01	10,70				13,95	8,59	6,16	1,20	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	0,98	1,52	0,16	9,84	46,88	0,02	0,01					4,00	13,00	2,80	0,22	
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	1,87	3,90	0,70	18,65	96,50	0,06	0,02					11,50	53,00	12,50	1,55	

Итого по подменю: 6,75 31,10 23,86 67,55 609,27 0,32 0,31 70,52 40,00 109,92 387,13 97,19 7,71

N рец.	Наименование блюда	Выход	д.е	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины, мг							Минеральные вещества, мг				
				Б	Ж	У		В1	В2	С	А,мкг	Са	Р	Мг	Fe				

ПОЛДНИК (День 10,)

583/21	ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	30	2,09	2,55	3,39	20,91	124,35	0,03	0,02		19,50	12,30	26,10	4,50	0,30
487/21	КОМПЛОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	1,37	0,29	0,19	13,71	57,74	0,02	0,01	9,63		12,56	7,73	5,55	1,08
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	0,88	0,36	0,36	8,82	39,96	0,03	0,02	9,00		14,40	9,90	8,10	1,98

Итого по подменю:

УЖИН (День 10,)

321/21	МЯСО ТУШЕНОЕ	70	0,44	0,81	1,46	4,37	33,87	0,02	0,02	3,78		6,82	16,46	8,48	0,30
152/21	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	120	1,87	2,31	10,85	18,66	181,57	0,14	0,09	22,84	22,80	12,79	68,06	26,27	1,04
495/21	КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (200)	200	2,18	0,44	0,02	21,78	89,06		0,01	0,40		22,50	15,40	6,00	1,23
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	2,46	3,80	0,40	24,60	117,20	0,06	0,02			10,00	32,50	7,00	0,55

Итого по подменю:

6,95 7,36 12,73 69,41 421,70 0,22 0,14 27,02 22,80 52,11 132,42 47,75 3,12

Зав. производ.

/Батуева Л.В./

Калькулятор

/Дызева Н.А./