

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МЕДСКИЙ САД № 120 1 корпус

/Верхоланцева М.В./

М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

/БЕКШИНА А.А./

М.П. «ТРИУМФ»

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

№ п/п	День 1	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
				Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>																
213/21		КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (Б/МОЛ)	170	5	4	24	154	0,18	0,09	2,99	16,00	9,26	124,87	83,00	2,79	
573/21		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22	
578/21		КОМЛИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48	
457/21		ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9	38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,67	1,67	0,83	
		<i>Итого:</i>	420	10	5	64	341	0	0	3	16	26	173	93	4	
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>																
501/21		СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	
		<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	0	2	0	7	7	4	1	
<b>ОБЕД</b>																
1/21		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	1	3	4	47	0,01	0,02	17,95	0,00	20,25	14,60	7,85	0,27	
112/21		СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180	2	2	8	62	0,10	0,06	17,03	0,00	11,07	52,78	21,59	0,81	
3с/7/21		ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	100	10	11	2	146	0,05	0,11	2,37	70,22	17,85	107,95	14,24	1,08	
99/2/003		КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	3	4	10	90	0,05	0,06	60,19	0,00	67,64	50,23	23,17	0,92	
495/2/1		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1	0	18	76	0,00	0,01	0,36	0,00	20,25	13,86	5,40	1,11	
573/2/1		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	
574/2/1		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95	
		<i>Итого:</i>	720	22	22	77	594	0	0	98	70	167	337	101	6	
<b>ПОЛДНИК</b>																
582/2/1		КОМЛИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	60	5	6	45	249	0,07	0,04	0,00	39,00	24,60	52,20	9,00	0,60	
495/2/1		КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	18	78	0,00	0,01	0,40	0,00	22,50	15,40	6,00	1,23	
		<i>Итого:</i>	260	5	6	63	327	0	0	0	39	47	68	15	2	
<b>УЖИН</b>																
353/1/3		ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	70	10	1	5	76	0,08	0,12	0,46	29,40	45,78	169,50	35,14	0,78	
152/2/1		КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150	4	8	15	147	0,17	0,10	28,56	0,00	14,28	82,97	32,84	1,29	
486/2/1		КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД	200	0	0	11	46	0,01	0,00	2,00	0,00	3,50	2,20	1,80	0,47	
573/2/1		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55	
		<i>Итого:</i>	470	18	10	56	386	0	0	31	29	74	287	77	3	

Зав. производ.

Калькулятор

"СОЛАСОВАНО"

Заведующий ДЕТСКИЙ САД № 120 I корпус

М.п. /Верхоглядцева М.В./

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

М.п. /БЕКШИНА А.А./  
М.п. «ТРИУМФ»

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углеб.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																
54/2003	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	170	2	5	19	133	0,02	0,01	0,00	0,00	2,10	39,55	13,15	0,26		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22		
578/21	КОДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48		
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	10	40	0,00	0,00	2,88	0,00	7,98	9,25	2,54	0,87		
	<i>Итого:</i>	420	7	6	60	321	0	0	3	0	21	89	24	2		
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>																
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40		
	<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	0	2	0	7	7	4	1		
<b>ОБЕД</b>																
148/21	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	50	0	0	1	6	0,02	0,01	3,50	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25		
113/21	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	5	3	11	83	0,19	0,07	10,20	14,80	22,04	66,40	26,11	1,50		
356/21	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПРО-СТРОГОПОНОВСКИ	100	20	9	8	193	0,38	2,76	41,33	10274,00	29,27	405,96	24,46	8,68		
102/2003	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	130	2	7	17	135	0,11	0,07	18,21	0,00	11,53	57,46	23,03	0,88		
488/21	КОШОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	180	0	0	14	60	0,02	0,02	24,62	0,00	17,65	11,82	7,60	0,86		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33		
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95		
	<i>Итого:</i>	720	33	20	85	651	1	3	98	10289	118	655	117	14		
<b>ПОЛДНИК</b>																
580/21	КОДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50	2	15	31	271	0,02	0,02	0,00	1,00	8,00	18,00	5,00	0,75		
487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	200	0	0	14	60	0,02	0,01	10,68	0,00	13,93	8,58	6,16	1,20		
	<i>Итого:</i>	250	2	16	45	331	0	0	11	1	22	27	11	2		
<b>УЖИН</b>																
376/21	РАТУ ИЗ ПТИЦЫ	200	21	19	16	319	0,20	0,15	21,15	0,00	25,42	236,97	113,23	2,44		
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9	38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,67	1,67	0,83		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55		
	<i>Итого:</i>	450	25	20	50	474	0	0	21	0	41	277	122	4		

Зав.производ.

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ДЕТСКИЙ САД № 120 I корпус

/Верхоглядцева М.В./

М.П.

"УТВЕРЖДЕНО"

ДИРЕКТОР ООО "ПРИУМФ"

/ВЕКШИНА А.А./

М.П. «ПРИУМФ»

День 3

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), для ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

№ рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорий, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углеб.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																
53/2003	КАША КУКУРУЗНАЯ	170	3	5	25	160	0,05	0,03	0,00	20,40	8,02	38,59	10,20	0,93		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22		
578/21	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48		
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9	38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,67	1,67	0,83		
	<i>Итого:</i>	420	8	6	65	347	0	0	0	20	24	87	20	2		
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>																
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40		
	<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	0	2	0	7	7	4	1		
<b>ОБЕД</b>																
2/21	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	1	3	3	37	0,02	0,02	12,74	0,00	16,79	14,82	8,86	0,45		
131/21	СУП-ПОРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ	180	4	4	12	105	0,12	0,15	14,59	27,00	85,21	102,57	26,27	0,75		
143/21	ГРЕНКИ ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	10	1	0	5	22	0,01	0,00	0,00	0,00	2,00	6,50	1,40	0,11		
347/21	КОТЛЕТЫ "ПКОЛЫБНЫЕ"	70	11	8	9	149	0,05	0,11	0,66	21,42	25,96	116,92	14,57	1,33		
202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7	6	33	210	0,26	0,13	4,28	20,00	13,08	178,51	118,80	3,99		
487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	0	0	13	54	0,02	0,01	9,63	0,00	12,56	7,73	5,55	1,08		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33		
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95		
	<i>Итого:</i>	700	30	21	109	750	1	0	42	68	185	525	204	10		
<b>ПОЛДНИК</b>																
582/21	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	60	5	6	45	249	0,07	0,04	0,00	39,00	24,60	52,20	9,00	0,60		
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	200	1	0	16	67	0,03	0,02	27,33	0,00	19,60	13,12	8,44	0,96		
	<i>Итого:</i>	260	5	6	60	316	0	0	27	39	44	65	17	2		
<b>УЖИН</b>																
375/21	ПЮФ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	200	12	8	25	223	0,09	0,07	1,39	0,00	14,90	186,49	82,11	1,48		
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	10	40	0,00	0,00	2,88	0,00	7,98	9,25	2,54	0,87		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55		
	<i>Итого:</i>	450	16	9	59	380	0	0	4	0	33	228	92	3		

Зав.производ.

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

М.п. /Верхоглядцева М.В./

"УТВЕРЖАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

М.п. /БЕКШИНА А.А./



День 4

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АДЛЕРГИЕЙ

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углеб.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																
60/2003	КАША ЯЧНЕВАЯ вязкая	170	4	6	25	167	0,10	0,03	0,00	0,00	29,92	128,38	18,70	0,67		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22		
578/21	КОМДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48		
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	10	40	0,00	0,00	2,88	0,00	7,98	9,25	2,54	0,87		
	<i>Итого:</i>	420	9	6	66	355	0	0	3	0	49	178	29	2		
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>																
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40		
	<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	0	2	0	7	7	4	1		
<b>ОБЕД</b>																
15/21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	0	3	1	34	0,01	0,02	4,88	0,00	13,48	14,82	7,24	0,28		
98/21	СВЕКОЛЬНИК	180	2	3	8	67	0,05	0,05	11,71	0,00	23,24	43,77	20,25	1,01		
307/21	КОГТЕЛЫ ИЛИ ВИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	9	1	7	74	0,11	0,27	0,50	112,80	67,84	223,34	36,92	1,58		
385/21	РИС ОТВАРНОЙ	130	3	5	34	190	0,04	0,03	0,00	23,20	5,09	71,04	23,10	0,47		
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1	0	18	76	0,00	0,01	0,36	0,00	20,25	13,86	5,40	1,11		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	6,00	19,50	78,50	24,50	1,95		
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95		
	<i>Итого:</i>	690	21	13	102	614	0	0	17	136	159	465	122	7		
<b>ПОЛДНИК</b>																
578/21	КОМДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	70	7	1	50	237	0,11	0,03	0,00	0,00	16,80	63,70	12,60	1,12		
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1	0	18	76	0,00	0,01	0,40	0,00	22,50	15,40	6,00	1,23		
	<i>Итого:</i>	250	8	1	68	312	0	0	0	0	39	79	19	2		
<b>УЖИН</b>																
371/21	КНЕДЛИ ИЗ ПТИЦЫ С РИСОМ	70	8	7	4	112	0,04	0,08	0,90	43,40	14,77	89,55	11,66	0,80		
156/21	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ	150	5	4	15	113	0,00	0,01	0,00	18,00	1,08	1,35	0,00	0,01		
476/21	КИСЕЛЬ ИЗ ЯГОЛОК СВЕЖИХ	200	0	0	24	98	0,01	0,01	2,98	0,00	9,22	10,98	2,68	0,70		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55		
	<i>Итого:</i>	470	17	12	67	440	0	0	4	61	35	134	21	2		

Зав. группой

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

"УТВЕРЖДАЮ"

Заведующий ЛЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

ДИРЕКТОР ООО "ПРИУМФ"

М.П. /Верхоланцева М.В./

М.П. БЕКИШИНА А.А./

«ТРИУМФ»

День 5

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЕРГИЕЙ

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витаминны					Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углеб.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe			
<b>ЗАВТРАК</b>																	
56/2003	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ТЕРКУЛЕСА" ЖЕЛТАЯ	170	4	7	18	149	0,17	0,04	0,00	0,00	21,76	118,76	39,44	1,33			
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22			
578/21	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48			
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9	38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,67	1,67	0,83			
	<i>Итого:</i>	420	9	8	58	335	0	0	0	0	38	167	49	3			
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>																	
501/21	СОСИС ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40			
	<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	0	2	0	7	7	4	1			
<b>ОБЕД</b>																	
26/21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОТВАРНОЙ	50	1	3	4	46	0,01	0,02	4,80	0,00	17,76	20,70	10,56	0,67			
116/21	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	1	3	5	53	0,06	0,04	15,01	0,00	15,02	35,21	14,68	0,53			
334/21	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ (свинина)	200	23	16	17	300	0,78	0,29	31,00	26,75	26,74	284,72	63,29	3,43			
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	50	1	2	2	26	0,01	0,01	1,35	10,00	1,68	4,94	1,90	0,11			
496/21	НАПИТОК ИЗ ПИПОВНИКА	180	1	0	17	70	0,01	0,05	180,00	0,00	11,07	3,06	3,06	0,57			
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33			
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95			
	<i>Итого:</i>	740	32	25	79	668	1	0	232	37	102	447	122	8			
<b>ПОЛДНИК</b>																	
582/21	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2	3	22	125	0,03	0,02	0,00	19,50	12,30	26,10	4,50	0,30			
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	0	0	9	40	0,03	0,02	9,00	0,00	14,40	9,90	8,10	1,98			
496/21	НАПИТОК ИЗ ПИПОВНИКА	180	1	0	17	70	0,01	0,05	180,00	0,00	11,07	3,06	3,06	0,57			
	<i>Итого:</i>	300	3	4	48	235	0	0	189	20	38	39	16	3			
<b>УЖИН</b>																	
145/21	ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ (свинина)	70	14	11	1	158	0,42	0,14	0,70	14,00	10,84	145,68	20,80	1,55			
99/2003	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3	5	10	116	0,06	0,06	69,45	0,00	78,05	57,96	26,73	1,06			
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0	0	11	46	0,01	0,00	2,00	0,00	3,50	2,20	1,80	0,47			
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55			
	<i>Итого:</i>	470	21	16	47	437	1	0	72	14	102	238	56	4			

Зав.производ.

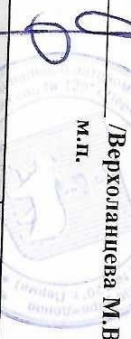
Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ЛЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

/Верхоглядцева М.В./

М.п.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

М.п.

/ВЕКШИНА А.А./



ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

День 6

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины			Минеральные вещества, мг						
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мg	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																
213/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ (Б/МОЛ)	170	5	4	24	154	0,18	0,09	2,99	16,00	9,26	124,87	83,00	2,79		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22		
578/21	КОМБИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48		
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	10	40	0,00	0,00	2,88	0,00	7,98	9,25	2,54	0,87		
		<i>Итого:</i>	420	10	5	64	0	0	6	16	28	174	94	4		
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>																
501/21	СОСИС ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40		
		<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	2	0	7	7	4	1		
<b>ОБЕД</b>																
148/21	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЧИЯМИ)	50	1	0	2	11	0,02	0,01	3,50	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25		
129/21	СУП С МАКАРОНИМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФ-ЛЕМ	180	2	3	9	70	0,06	0,03	8,08	0,00	8,30	34,59	12,73	0,55		
308/21	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	70	9	1	4	59	0,08	0,11	1,44	26,88	37,28	146,50	33,61	0,77		
152/21	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	4	7	13	128	0,15	0,09	24,76	0,00	12,38	71,93	28,47	1,11		
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0	0	21	88	0,01	0,00	1,80	0,00	3,15	1,98	1,62	0,42		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33		
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95		
		<i>Итого:</i>	690	21	12	84	0	0	40	27	99	368	112	5		
<b>ПОЛДНИК</b>																
579/21	КОМБИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	50	4	5	33	199	0,06	0,03	0,00	19,00	11,00	40,00	7,00	0,95		
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0	0	11	46	0,01	0,00	2,00	0,00	3,50	2,20	1,80	0,47		
		<i>Итого:</i>	250	4	6	44	0	0	2	19	15	42	9	1		
<b>УЖИН</b>																
376/21	РАТУ ИЗ ПТИЦЫ	200	21	19	16	319	0,20	0,15	21,15	0,00	25,42	236,97	113,23	2,44		
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9	38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,67	1,67	0,83		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55		
		<i>Итого:</i>	450	25	20	50	0	0	21	0	41	277	122	4		

Зав.производ.

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

/Верхолацева М.В./  
М.П.



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

/ВЕКШИНА А.А./  
М.П.



День 7

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (Весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорий, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe		
<b>ЗАВТРАК</b>																
53/2003	КАША КУКУРУЗНАЯ	170	3	5	25	160	0,05	0,03	0,00	20,40	8,02	38,59	10,20	0,93		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22		
578/21	КОМБИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48		
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9	38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,67	1,67	0,83		
	<i>Итого:</i>	420	8	6	65	347	0	0	0	20	24	87	20	2		
<b>2-ой ЗАВТРАК</b>																
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40		
	<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	0	2	0	7	7	4	1		
<b>ОБЕД</b>																
5/21	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКАЧАННОЙ И ОГУРЦОВ	50	1	3	2	35	0,01	0,01	12,62	0,00	15,32	13,66	6,73	0,25		
184/21	ПИЦЦА СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	1	3	3	44	0,04	0,03	18,74	0,00	19,85	28,57	12,92	0,46		
339/20	КОТЛЕТЫ (ИЗ СВИНИНЫ)	70	10	22	11	283	0,59	0,12	0,00	0,00	58,03	147,35	57,38	4,56		
388/21	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	130	14	1	26	169	0,59	0,12	0,00	0,00	58,03	147,35	57,38	4,56		
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	1	0	18	76	0,00	0,01	0,36	0,00	20,25	13,86	5,40	1,11		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33		
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95		
	<i>Итого:</i>	690	32	30	94	780	1	0	32	0	201	449	169	13		
<b>ПОЛДНИК</b>																
582/21	КОМБИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	60	5	6	45	249	0,07	0,04	0,00	39,00	24,60	52,20	9,00	0,60		
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	20	84	0,00	0,01	0,40	0,00	22,50	15,40	6,00	1,23		
	<i>Итого:</i>	260	5	6	65	333	0	0	0	39	47	68	15	2		
<b>УЖИН</b>																
375/21	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ	200	12	8	25	223	0,09	0,07	1,39	0,00	14,90	186,49	82,11	1,48		
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	10	40	0,00	0,00	2,88	0,00	7,98	9,25	2,54	0,87		
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55		
	<i>Итого:</i>	450	16	9	59	380	0	0	4	0	33	228	92	3		

Зав.производ.

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ДЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус.

М.п. /Верхоглядцева М.В./



"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

М.п. /ВЕКШИНА А.А./



День 8

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЕРГИЕЙ

N п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe

ЗАВТРАК

54/2003	КАША РИСОВАЯ ЖЕЛТКАЯ	170	2	5	19	133	0,02	0,01	0,00	0,00	2,10	39,55	13,15	0,26
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
578/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48
439/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	10	40	0,00	0,00	2,88	0,00	7,98	9,25	2,54	0,87
		<i>Итого:</i>	420	7	6	321	0	0	3	0	21	89	24	2

2-ой ЗАВТРАК

501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40
		<i>Итого:</i>	100	1	0	43	0	0	2	0	7	7	4	1

ОБЕД

148/21	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЙМИ)	50	0	0	1	6	0,02	0,01	3,50	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25
100/21	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	2	4	10	79	0,08	0,05	11,68	0,00	11,14	49,49	17,54	0,66
318/21	МЯСО ОТВАРНОЕ (свиная)	70	19	14	0	200	0,61	0,17	0,41	0,00	9,95	195,03	29,55	2,03
176/21	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	3	5	13	106	0,10	0,10	30,96	0,00	10,14	62,51	82,23	32,66
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ СВЯЛОКАМИ	180	0	0	14	60	0,02	0,02	24,62	0,00	17,65	11,82	7,60	0,86
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	23,50	78,50	24,50
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	139	452	123	7
		<i>Итого:</i>	690	31	23	624	1	0	71	10	139	452	123	7

ПОЛДНИК

582/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ СВЯЛОКАМИ	60	5	6	45	249	0,07	0,04	0,00	39,00	24,60	52,20	9,00	0,60
488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ СВЯЛОКАМИ	200	1	0	16	67	0,03	0,02	27,33	0,00	19,60	13,12	8,44	0,96
		<i>Итого:</i>	260	5	6	60	0	0	27	39	44	65	17	2

УЖИН

366/21	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	70	11	8	0	122	0,05	0,05	0,35	0,00	6,69	121,73	60,69	1,01
256/21	МАКАРОННЫЕ ИЗ ЛАПША ОТВАРНЫЕ	150	6	5	30	185	0,09	0,03	0,00	24,00	11,13	46,17	8,16	0,83
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	200	0	0	11	46	0,01	0,00	2,00	0,00	3,50	2,20	1,80	0,47
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55
		<i>Итого:</i>	470	21	14	469	0	0	2	24	31	203	78	3

Зав.проездом

Калькулятор



"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ЛЕТСКИЙ САД № 120 1 корпус

/Верхоланцева М.В./  
М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

/ВЕРШИНА А.А./  
М.П.

«ТРИУМФ»

День 9

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АДЛЕРТИЕЙ

N рецеп.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витаминный состав, мг			Минеральные вещества, мг								
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe				
<b>ЗАВТРАК</b>																		
60/2003	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	4	6	25	167	0,10	0,03	0,00	0,00	29,92	128,38	18,70	0,67				
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22				
578/21	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48				
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	200	0	0	9	38	0,00	0,00	0,00	0,00	5,10	7,67	1,67	0,83				
	<i>Итого:</i>	420	9	6	66	353	0	0	0	0	46	176	29	2				
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>																		
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40				
	<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	0	2	0	7	7	4	1				
<b>ОБЕД</b>																		
150/21	ИГРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМ. ПР-ВА)	50	1	4	4	59	0,01	0,03	3,50	0,00	20,50	18,50	7,50	0,35				
95/21	БОРЩ С КАЛУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	1	3	5	54	0,04	0,04	14,10	0,00	23,56	33,61	16,26	0,75				
350/21	ТЕФЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКА" юм.бюкс	70	7	6	8	115	0,05	0,10	1,22	13,62	39,40	108,42	16,19	1,18				
202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7	6	33	210	0,26	0,13	4,28	20,00	13,08	178,51	118,80	3,99				
496/21	НАПИТОК ИЗ ПШОННИКА	180	1	0	17	70	0,01	0,05	180,00	0,00	11,07	3,06	3,06	0,57				
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33				
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95				
	<i>Итого:</i>	690	24	20	101	681	0	0	203	34	137	440	191	9				
<b>ПОЛДНИК</b>																		
578/21	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	70	7	1	50	237	0,11	0,03	0,00	0,00	16,80	63,70	12,60	1,12				
496/21	НАПИТОК ИЗ ПШОННИКА	200	1	0	18	78	0,01	0,06	200,00	0,00	12,30	3,40	3,40	0,63				
	<i>Итого:</i>	270	8	1	68	315	0	0	200	0	29	67	16	2				
<b>УЖИН</b>																		
329/21	БИУТС (СВИНИНА)	200	16	34	10	414	0,54	0,21	71,23	0,00	84,90	209,94	54,30	2,71				
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	10	40	0,00	0,00	2,88	0,00	7,98	9,25	2,54	0,87				
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55				
	<i>Итого:</i>	450	20	35	44	571	1	0	74	0	103	252	64	4				

Зав.производ.

Калькулятор

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий ДЕТСКИЙ САД № 120 I корпус

/Верхоланцева М.В./  
М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

ДИРЕКТОР ООО "ТРИУМФ"

/БЕКШИНА А.А./  
М.П.

День 10

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (весна-лето), ДЛЯ ДЕТЕЙ СТРАДАЮЩИХ АЛЛЕРГИЕЙ

№ п/п	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины			Минеральные вещества, мг					
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Мг	Fe	
<b>ЗАВТРАК</b>															
56/2003	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ТЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	170	4	7	18	149	0,17	0,04	0,00	0,00	21,76	118,76	39,44	1,33	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	20	2	0	10	47	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22	
578/21	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	3	0	21	102	0,05	0,01	0,00	0,00	7,20	27,30	5,40	0,48	
459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0	0	10	40	0,00	0,00	2,88	0,00	7,98	9,25	2,54	0,87	
	<i>Итого:</i>	420	9	8	59	337	0	0	3	0	41	168	50	3	
<b>2-ОЙ ЗАВТРАК</b>															
501/21	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	100	1	0	10	43	0,01	0,01	2,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	
	<i>Итого:</i>	100	1	0	10	43	0	0	2	0	7	7	4	1	
<b>ОБЕД</b>															
148/21	ОВОЩИ СВЕЖИЕ (ПОРЦИЯМИ)	50	1	0	2	11	0,02	0,01	3,50	0,00	8,50	15,00	7,00	0,25	
118/21	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПНОЙ	180	2	4	6	64	0,07	0,03	14,13	0,00	20,22	48,84	18,94	0,66	
333/21	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	20	22	7	311	0,09	0,19	28,26	36,00	43,72	232,24	37,87	3,30	
419/21	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0	1	1	10	0,00	0,00	0,54	4,00	0,67	1,98	0,76	0,04	
487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	0	0	13	54	0,02	0,01	9,63	0,00	12,56	7,73	5,55	1,08	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВОЙ	30	2	0	15	70	0,03	0,01	0,00	0,00	6,00	19,50	4,20	0,33	
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	4	1	20	103	0,09	0,04	0,00	0,00	23,50	78,50	24,50	1,95	
	<i>Итого:</i>	690	29	28	64	623	0	0	56	40	115	404	99	8	
<b>ПОЛДНИК</b>															
583/21	КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ	30	2	5	21	139	0,03	0,02	0,00	19,50	12,30	26,10	4,50	0,30	
487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	0	0	13	54	0,02	0,01	9,63	0,00	12,56	7,73	5,55	1,08	
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	0	0	9	40	0,03	0,02	9,00	0,00	14,40	9,90	8,10	1,98	
	<i>Итого:</i>	300	2	6	42	233	0	0	19	20	39	44	18	3	
<b>УЖИН</b>															
295/21	РЫБА ОТВАРНАЯ	70	11	1	0	53	0,10	0,10	1,63	8,54	37,31	210,16	49,01	0,75	
152/21	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	130	4	7	13	128	0,15	0,09	24,76	0,00	12,38	71,93	28,47	1,11	
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	1	0	20	84	0,00	0,01	0,40	0,00	22,50	15,40	6,00	1,23	
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ФОРМОВ	50	4	0	25	117	0,06	0,02	0,00	0,00	10,00	32,50	7,00	0,55	
	<i>Итого:</i>	450	19	8	58	381	0	0	27	9	82	330	90	4	

Зав.проездом

Калькулятор