"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ СОШ № 5

А.В.Коровин

"10 00 11102025



Примерное дистического меню для обучающихся с заболеваниями желудочно-кишечного тракта для учащихся МАОУ СОШ № 5 на 2024-2025 учебный год

Bospact 7-11 Jet

Сезон осенне-зимний

	MINITO				День/нед	еля: Понедельник	-1							The same
№ рецепта	Наименование дней недели,	Macca	Пи	щевые веще	ества (г)	Энергетиче ская		Витам	ины (мг)		M	инеральны	е веществ	а (мг)
	блюд	порции	Б	ж	y	ценность (ккал)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
						Завтрак		ALK TE		THE RESERVE				1
173M	Каша вязкая молочная из овсяной крупы	220	8,79	13,45	35,61	299,30	0,23	0,63	54,50	0,62	1,000		1	1
4M	Бутерброд с отварными мясными продуктами	50	7,81	4,41	15,24	129,32	0,09	0,03	54,50	0,62	9,62	248,68	28,04	1,7
15M	Сыр порционный	10	2,60	2,61		34,40	0,00	0,08				102,26	16,36	1,99
379М/ЖКТ	Кофейный напиток с молоком	180	3,61	2,75	12,80	86,52	0,02		23,00	0,05	100,00	64,00	4,50	0,10
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0,06	0,72	9,00		112,77	81,00	12,60	0,12
	Итого за Завтрак	500	25,97	23,63	82,97	643,54	0,41	7.40		0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
			V SEASY ST			рой завтрак	0,41	1,43	86,50	1,71	384,15	530,74	74,70	4,80
242K	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0.10		T T					
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	0,12	0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
И	того за Второй завтрак	250	24,25	14,16	25,61	334,84		0,75	12,50		155,00	118,75	18,75	0,13
				1,,,,,,	23,01	Обед	0,12	1,34	103,25	0,24	339,37	367,63	45,46	0,97
73/M/ЖКТ	Икра свекольная	60	1,55	4,06	8,71	78,66	0.04							40.7
113M	Суп-лапша домашняя на курином б-не	200	3,147	4,697	11,457		0,04	12,35		1,98	26,74	36,76	19,16	1,10
281M/330M	Биточек паровой с соусом сметанным,	110				100,499	0,131	1,114	51,800	2,046	17,524	35,052	5,586	0,489
309М/ЖКТ	80/30 Mayanayaya		13,88	10,50	9,36	187,82	0,08	0,14	25,80	0,51	38,49	147,10	21,16	1,94
349М/ЖКТ	Макаронные изделия отварные	150	5,85	2,86	37,40	198,97	0,09		12,00	0,83	11,89	47,24	8,55	0,86
J-FJIVDJKKI	Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	180	0,70	0,05	17,11	72,78	0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,60
	Итого за Обед	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10			0,78	13,80	52,20	19,80	
	итого за Обео	760	29,876	22,776	113,025	779,726	0,453	14,324	89,600	7,130	137,248	344,627	93,152	1,20
242K	0.1				I.	<i>Олдник</i>		AL ISET			107,240	344,027	93,132	6,186
	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26.71	0.5-
300M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25		0,75	12,50	3,21	155,00	118,75	26,71	0,85
	Итого за Полдник	250	24,25	14,16	25,61	334,84	0,12	1,34	103,25	0,24	339,37		18,75	0,13
В	сего за Понедельник-1	1760	104,34	74,73	247,20	2092,95	1,10	18,43	382,60	9,33	1200,13	367,63 1610,63	45,46 258,77	0,97

Цень/неделя: В	торник-1													
№ рецепта	Наименование дней недели, блюд	Macca	Пи	щевые веще	ества (г)	Энергетиче ская		Витам	ины (мг)		M	инеральнь	іе веществ	а (мг)
		порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	F
X = 1 AUG	Подгарнировка из огурцов свежих без					Завтрак		A PARTIES NAMED					-	
260M/ЖКТ	кожицы	40	0,28	0,04	0,76	4,40	0,01	2,80		0,04	600	Total Control		
304/M/ЖКТ	Гуляш из говядины	90	14,88	10,00	3,47	163,76	0,07	100	E- Million And V. A	0,04	6,80	12,00	5,60	0,2
	Рис отварной	150	3,81	3,08	40,01	202,95	10.000	4,05		1,72	10,94	145,24	20,70	2,1
382M/ЖКТ	Какао с молоком	180	3,59	2,85	14,71	100,06	0,04		14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55
	Хлеб пшеничный	40	3,16	0,40	19,32		0,02	0,54	9,12	0,01	113,12	107,20	29,60	1.00
	Итого за Завтрак	500	25,72	16,37	78,26	94,00	0,06			0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
				10,57		565,18	0,22	7,39	23,12	2,55	145,77	381,40	96,13	4,73
372/M/ЖКТ	Яблоки печеные	125	0,46	0,46	The state of the s	рой завтрак							10,13	4,73
386M	Йогурт	125	5,13		24,24	102,96	0,04	11,50	5,75	0,23	18,40	12,65	10,35	2.50
	Итого за Второй завтрак		5,59	1,88	7,38	71,25		0,75	12,50		155,00	118,75	18,75	2,57
		250	3,39	2,34	31,62	174,21	0,04	12,25	18,25	0,23	173,40	131,40		0,13
74M	Икра овощная	60				Обед					173,40	131,40	29,10	2,69
128/K/ЖКТ	Суп-пюре картофельный на курином бульоне	200	1,28 3,65	3,14	5,62	51,84	0,04	16,15	220,63	1,52	22,28	30,14	15,70	0,60
259M/ЖКТ	Жаркое по-домашнему			3,31	17,19	113,46	0,14	15,83	128,00	0,21	57,26	87,88	25,36	
342M/ЖКТ	Компот из свежих груш	200	21,67	9,97	20,81	261,39	0,23	28,85	36,00	2,68		March Ment II		0,95
	Хлеб пшеничный	180	0,14	0,11	11,69	48,84	0,01	1,80	55,00	0,14	32,31	222,07	48,57	2,47
	Итого за Обед	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0,10			0,78	6,84	5,76	4,32	0,85
	Tanaco da Obeo	700	31,48	17,13	84,29	616,53	0,51	62,63	384,63		13,80	52,20	19,80	1,20
72/M/ЖКТ	Яблоки печеные				П	олдник		55,05	304,03	5,33	132,49	398,06	113,75	6,07
Destruction and the second		125	0,46	0,46	24,24	102,96	0,04	11,50	6.75					
550141	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	,,,,	0,75	5,75	0,23	18,40	12,65	10,35	2,57
	Итого за Полдник	250	5,59	2,34	31,62	174,21	0,04		12,50		155,00	118,75	18,75	0,13
	Всего за Вторник-1	1700	68,37	38,16	225,79	1530,12	0,80	12,25	18,25	0,23	173,40	131,40	29,10	2,69
				- Contract of the contract of		1330,12	0,80	94,52	444,25	8,33	625,06	1042,26	268,08	16,19

Цень/неделя: (реда-1													
№ рецепта	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пи	щевые вещ	ества (г)	Энергетиче ская		Витам	ины (мг)		M	инеральнь	іе веществ:	а (мг)
		порции	Б	Ж	У	ценность (ккал)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	F
241K/386M	Пудинг творожный с йогуртом, 120/30	100				Завтрак			100				Mig	F
376M/ЖКТ	Чай с сахаром	150	21,59	12,35	20,73	285,62	0,07	0,70	80,00	0,29				
	Фрукты (Бананы)	180			7,99	31,93	0,00	0,10	00,00	0,29	211,74	276,52	32,26	0,8
	Хлеб ппеничный	150	2,25	0,75	31,50	144,00	0,06	15,00			4,95	8,24	4,40	0,84
	Итого за Завтрак	40	3,16	0,40	19,32	94,00	0.06	15,00		0,60	12,00	42,00	63,00	0,90
	итого за завтрак	520	27,00	13,50	79,54	555,55	0.19	15,80		0,52	9,20	34,80	13,20	0,80
369M/ЖКТ	1			Tamevalle.	Bmo	рой завтрак	0,17	13,80	80,00	1,41	237,89	361,56	112,86	3,39
	Мусс яблочный	125	1,18	0,25	24,76	106,02	0.02							
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	0,03	3,80	1,90	0,23	8,08	12,68	5,22	0,98
	Итого за Второй завтрак	250	6,31	2.13	32,13			0,75	12,50		155,00	118,75	18,75	0,13
				-,10	32,13	177,27	0,03	4,55	14,40	0,23	163,08	131,43	23,97	1,10
	Подгарнировка из огурцов свежих без кожицы	100	0,70	0,10	1,90	06ed	0.03						23,77	1,10
156M/ЖКТ	Суп с макаронными изделиями	200	2,89	4,26				7,00		0,10	17,00	30,00	14,00	0,50
23/330M	Котлета «Медвежья лапка» с соусом сметанным, 80/30	110	15.86		12,80	101,13	0,04	1,51	201,80	2,07	18,57	32,98	8.36	0,53
312M/ЖКТ	Картофельное пюре			13,08	15,88	245,35	0,18	10,76	2570,00	2,19	22,20	203,47		
350M/ЖКТ	Кисель из плодов чёрной смородины	150	3,28	3,99	22,18	138,19	0,16	25,94	18,30				24,15	3,78
		180	0,19	0,04	16,31	63,80	0.01	36,00	18,30	0,17	45,14	97,47	33,11	1,22
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0.10	30,00		0,13	9,68	12,10	5,58	0,26
	Итого за Обед	800	27,65	22,06						0,78	13,80	52,20	19,80	1,20
				22,00	98,06	700,47 олдник	0,51	81,21	2790,10	5,44	126,39	428,22	105,00	7,49
69М/ЖКТ	Мусс яблочный	125	1.18	0,25	24,76					Machine.			,	7,49
386M	Йогурт	125	5,13	1,88		106,02	0,03	3,80	1,90	0,23	8,08	12,68	5,22	0,98
	Итого за Полдник	250	6,31	2,13	7,38	71,25		0,75	12,50		155,00	118,75	18,75	
	Всего за Среда-1	1820	67,27		32,13	177,27	0,03	4,55	14,40	0,23	163.08	131,43	-	0,13
		-020	07,27	39,81	241,86	1610,56	0,75	106,11	2898,90	7,31	690,44	131,43	23,97	1,10

Цень/неделя: Ч	етверг-1		LEST D											
№ рецепта	Наименование дней недели, блюд	Macca	Пи	щевые вещ	ества (г)	Энергетиче ская	SEPA	Витал	мины (мг)		М	инеральнь	іе веществ	а (мг)
	олюд	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	c	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
320K/330M	Куриное филе запеченое с соусом					Завтрак								
	сметанным, 80/30	110	22,47	7,48	1,69	165,13	0,11	2,13						
304/М/ЖКТ	Рис отварной	150	3,81	3,08	40,01	202,95		2,13	50,00	0,81	25,78	175,37	21,21	1,43
379M/ЖКТ	Кофейный напиток с молоком	180	3,61	2,75	12,80	86,52	0,04		14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55
15M	Сыр порщионный	10	2,60	2,61	12,80		0,02	0,72	9,00		112,77	81,00	12,60	0,12
	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	34,40	0,00	0,08	23,00	0,05	100,00	64,00	4,50	0.10
	Итого за Завтрак	500	36,44	16,41		117,50	0,08	in the state of		0,65	11,50	43,50	16,50	1,00
				10,41	78,65	606,50	0,26	2,94	96,00	1,76	255,76	446,03	81,84	3,20
366/M/ЖКТ	Желе из молока	125	6,21	2,37		ррой завтрак								1 3,20
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	13,52	100,24	0,02	0,56	9,40		112,80	84,60	13,16	0,12
	Итого за Второй завтрак		11.34		7,38	71,25		0,75	12,50	AST CONTRACT	155,00	118,75	18,75	0,12
		250	11,54	4,24	20,90	171,49	0,02	1,31	21,90		267,80	203,35	31,91	0,13
69K/ЖКТ	Салат из отварной моркови с сыром	60	2,184	5,610		Обед							31,71	0,23
115/М/ЖКТ	Суп с крупой рисовой на курином бульоне	200			3,312	73,404	0,031	2,448	973,800	1,982	73,622	65,015	20,980	0,401
22414/22014	Котлеты рыбные с соусом сметанным,	200	2,295	3,213	13,380	91,605	0,027	1,530	204,000	1,455	15,056	43,086		1000
234M/330M	80/30	110	11,46	6,48	14,86	164,40	0,12	0.40			15,050	43,086	13,744	0,421
312M/ЖКТ	Картофельное пюре	150	3,279	3,991	22,183			0,42	15,40	2,15	60,97	175,18	41,60	1,04
342M/ЖКТ	Компот из свежих яблок	180	0,144	0,144	11,512	138,186	0,160	25,938	18,300	0,169	45,140	97,470	33,110	1,221
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	48,840	0,011	3,600	1,800	0,072	5,760	3,960	3,240	0,816
	Итого за Обед	760	24,104	20,034		141,000	0,096	Life De Frie		0,780	13,800	52,200	19,800	1,200
			1,100	20,034	94,223	657,439	0,445	33,939	1213,300	6,606	214,350	436,911	132,472	5,100
866/М/ЖКТ	Желе из молока	125	621			олдник					YES STATE		No responses	2,100
386M	Йогурт		6,21	2,37	13,52	100,24	0,02	0,56	9,40		112,80	84,60	13.16	0.15
	Итого за Полдник	125	5,13	1,88	7,38	71,25		0,75	12.50				1000	0,12
		250	11,34	4,24	20,90	171,49	0,02	1,31	21,90		155,00	118,75	18,75	0,13
	Всего за Четверг-1	1760	83,22	44,93	214,66	1606,92	0,74	39,50	1353,10	8,37	267,80	203,35	31,91	0,25

ень/неделя: Пя	пница-1													
№ рецепта	Наименование дней недели, блюл	Macca	Пиг	цевые веще	ства (г)	Энергетиче ская		Витам	ины (мг)		Mı	инеральны	е веществ:	а (мг)
	ОЛЮД	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Подгарнировка из огурцов свежих без		Kind of the			Завтрак								.,
21514	кожицы	40	0,280	0,040	0,760	4,400	0,012	2,800		0,040	6,800	1		1
215M	Омлет паровой	150	15,887	20,760	4,144	267,331	0,091	0.409	-			12,000	5,600	0,20
378/M/ЖКТ	Чай с молоком	180	1,305	1,125	10,147	56,232	0,010	0,408	315,300	0,744	144,715	273,385	22,660	2,81
	Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	94,000		0,370	4,500		58,950	48,740	10,700	0,88
	Фрукты (Бананы)	150	2,250	0,750	31,500	144,000	0,064			0,520	9,200	34,800	13,200	0,80
	Итого за Завтрак	560	22,882	23,075	65,871		0,060	15,000		0,600	12,000	42,000	63,000	0,90
				25,075		565,963	0,237	18,578	319,800	1,904	231,665	410,925	115,160	5,608
242K	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	Parameter and the second	рой завтрак								- 10 10
386M	Йогурт	125	5,13		18,23	263,59	0,12	0,59	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
И	того за Второй завтрак	250		1,88	7,38	71,25		0,75	12,50		155,00	118,75	18,75	0,13
		230	24,25	14,16	25,61	334,84	0,12	1,34	103,25	0,24	339,37	367,63	45,46	
73M	Икра свекольная	60				Обед						307,03	43,40	0,97
	Суп-пюре овощной на курином б-не со		1,549	5,062	8,710	87,655	0,037	12,350		2,417	26,740	36,780	19,160	1 1 005
	сметаной, 220/10	200	2,76	3,61	8,90	79,68	0,07	12,74	271,14	0,21		PARAMATA TO		1,095
	Котлеты рубленные из птицы с соусом сметанным, 80/30	110	13,68	13,00	15,20	233,32	0,12	1,21			56,23	60,57	17,52	0,60
	Рис отварной	150	3,81	3,08	40,01	202,95		1,21	49,30	1,48	24,92	126,22	21,75	1,62
349М/ЖКТ	Компот из сухофруктов	180	0,70	0,05	17,11	72,78	0,04		14,00	0,25	5,71	82,16	27,03	0,55
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98		0,02	0,72		0,99	28,80	26,28	18,90	0,60
	Итого за Обед	760	27,24	25,40		141,00	0,10			0,78	13,80	52,20	19,80	1,20
			27,27	23,40	118,90	817,39	0,38	27,02	334,44	6,13	156,21	384,21	124,16	5,67
					П	олдник							TANKS IN	
	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59						
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	V,12		90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
	Итого за Полдник	250	24,25	14,16	25,61	334,84	0,12	0,75 1,34	12,50		155,00	118,75	18,75	0,13
	Всего за Пятница-1	1820	98,61	76,80	235,98				103,25	0,24	339,37	367,63	45,46	0,97
			2015	,0,00	233,70	2053,04	0,86	48,27	860,74	8,52	1066,62	1530,40	330,23	13,22

(ень/неделя: По <mark>г</mark>	Karamatan da karamatan		Пип	цевые веще	ства (г)	Энергетиче		Витам	ины (мг)					
№ рецепта	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Б	ж	у	ская ценность (ккал)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	неральны Р	Мд	Fe
						Завтрак	Applicate							
174M/ЖКТ	Каша кукурузная молочная с сахаром	220	8,297	7,769	61,210	348,674	0,103	0,642	34,700	0,060	149,600	99,600	1 15 100	1
4M	Бутерброд с отварными мясными продуктами	50	7,810	4,414	15,238	129,320	0,089		100	0,526	9,620	102,260	15,420 16,360	1,88
15M	Сыр порционный	10	2,600	2,610		34,400	0,003	0,080	23,000	0,050	100,000			
382M/ЖКТ	Какао с молоком	180	3,590	2,850	12,712	92,080	0,022	0,540	9,120	0,030	113,120	64,000	4,500	0,100
	Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064	0,510	5,120	0,520	9,200	107,200	29,600	0,994
	Итого за Завтрак	500	25,457	18,043	108,480	698,474	0.280	1,262	66,820	1.168		34,800	13,200	0,800
					Bmo	рой завтрак		1,202	00,820	1,100	381,540	407,860	79,080	5,775
369М/ЖКТ	Мусс яблочный	125	1,18	0,25	24,76	106,02	0,03	3,80	1,90	0,23	T			
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	0,00	0,75	12,50	0,23	8,08	12,68	5,22	0,98
И	Ітого за Второй завтрак	250	6,31	2,13	32,13	177.27	0,03	4,55		0.00	155,00	118,75	18,75	0,13
						Обед	0,03	4,55	14,40	0,23	163,08	131,43	23,97	1,10
52M	Салат из свеклы отварной	60	0,855	4,053	5,016	59,904	0,011	5,700		1017	1 5			10,544
103M	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясо-костном б-не	200	2,969	3,509	16,866	112,394	0,096	13,418	202,400	1,817	21,090	24,590 54,386	12,540 20,704	0,798
245M/330M	Бефстроганов из отварной говядины	90	15,411	8,421	4,007	153,630	0,086	0.782	228,000					
312M	Картофельное пюре	150	3,287	4,716	22,196	144,795	0,160	25,938	22,300	0,424	21,600	153,520	22,100	2,157
355M/ЖКТ	Кисель из кураги	180	0,944	0,054	23,420	98,720	0,018	0,720	104,940	0,179	45,380	97,770	33,110	1,223
	Хлеб пшеничный	70	5,530	0,700	33,810	164,500	0,112	0,720	104,940	0,990	32,000	32,440	18,900	0,600
	Итого за Обед	750	28,996	21,453	105,315	733,943	0,483	46,558	557,640	0,910	16,100	60,900	23,100	1,400
			agaala H		- I	олдник	0,403	. 40,336	337,640	5,879	157,640	423,606	130,454	7,056
369М/ЖКТ	Мусс яблочный	125	1,18	0,25	24,76	106,02	0,03	3,80	1,90	0,23	0.00			
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	5,05	0,75	12,50	0,23	8,08	12,68	5,22	0,98
	Итого за Полдник	250	6,31	2,13	32,13	177,27	0.03	4,55	14,40	0.22	155,00	118,75	18,75	0,13
В	сего за Понедельник-2	1750	67,07	43,75	278,06	1786,96	0,82	56,92	653,26	0,23 7,50	163,08 865,34	131,43	23,97	1,10

№ рецепта	орник-2 Наименование дней недели,	Macca	Пип	цевые веще	ства (г)	Энергетиче ская		Витам	ины (мг)		Mp	перальны	Р Вешества	(ur)
ж рецента	блюд	порции	Б	ж	у	ценность (ккал)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	Р	Мд	Fe Fe
						Завтрак			West Son At				16	1
	Подгарнировка из огурцов свежих без кожицы	40	0,280	0,040	0,760	4,400	0,012	2,800		0,040	6,800	12,000	5,600	0,200
244M/ЖКТ	Плов из отварной говядины	230	27,158	25,908	39,964	501,377	0,128	1,400	240,000	3,133				
379M/ЖКТ	Кофейный напиток с молоком	180	3,610	2,750	12,804	86,520	0,021	0,724	9,000	3,133	24,655	325,066	59,391	4,07
	Хлеб пшеничный	50	3,950	0,500	24,150	117,500	0,080	0,724	9,000	0,650	112,766	81,000	12,600	0,118
	Итого за Заєтрак	500	34,998	29,198	77,678	709,797	0,241	4,924	249,000	3,823	11,500	43,500	16,500	1,000
				C. Base				1,724	249,000	3,023	155,721	461,566	94,091	5,388
					Bmo	рой завтрак								
241K	Пудинг творожный	125	21,08	12,26	19,08	275,28	0,07	0,54	79,00	0,29	181,10	256,82	28,68	0,83
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25		0,75	12,50	0,25	155,00	118,75	18,75	
, k	Ітого за Второй завтрак	250	26,21	14,13	26,46	346,53	0,07	1,29	91,50	0,29	336,10	375,57	47,43	0,13
						Obed		228/12		9,27	330,10	373,37	47,43	0,95
75M	Икра морковная	60	1,459	5,062	7,855	84,505	0,055	10,100	900,000	2,552	22,240	42,180	26,360	0.500
128K	Суп-пюре картофельный со сметаной, 220/10	200	3	5	16	118	0	15	85	0	57	42,180 82	20,360	0,780
	Котлеты рубленные из птицы с соусом	A CONTRACTOR OF THE PARTY OF TH										NOTE IN THE		
94M/330M/ЖКТ	сметанным, 80/30	110	13,68	13,00	15,20	233,32	0,12	1,21	49,30	1,48	24,92	126,22	21,75	1.62
	сметанным, 80/30 Овощи припущенные с маслом	110 150	13,68 2,294	2,359	15,20 12,339	233,32 81,807	0,12 0,111	7,900				il constitution	21,75	1,62
	сметанным, 80/30								49,30 3172,000	0,692	43,740	89,520	60,360	1,136
136/M/ЖКТ	сметанным, 80/30 Овощи припущенные с маслом	150	2,294	2,359	12,339	81,807	0,111	7,900		0,692	43,740 28,800	89,520 26,280	60,360 18,900	1,136 0,600
136/M/ЖКТ	сметанным, 80/30 Овощи припущенные с маслом Компот из сухофруктов	150 180	2,294 0,702	2,359 0,054	12,339 17,110	81,807 72,780	0,111	7,900 0,720	3172,000	0,692 0,990 0,780	43,740 28,800 13,800	89,520 26,280 52,200	60,360 18,900 19,800	1,136 0,600 1,200
136/M/ЖКТ	сметанным, 80/30 Овощи припущенные с маслом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	150 180 60	2,294 0,702 4,740	2,359 0,054 0,600	12,339 17,110 28,980 <i>97,317</i>	81,807 72,780 141,000	0,111 0,018 0,096	7,900		0,692	43,740 28,800	89,520 26,280	60,360 18,900	1,136 0,600
136/M/ЖКТ	сметанным, 80/30 Овощи припущенные с маслом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный	150 180 60	2,294 0,702 4,740	2,359 0,054 0,600	12,339 17,110 28,980 <i>97,317</i>	81,807 72,780 141,000 731,811	0,111 0,018 0,096	7,900 0,720	3172,000	0,692 0,990 0,780 6,698	43,740 28,800 13,800 190,552	89,520 26,280 52,200 418,238	60,360 18,900 19,800 170,631	1,136 0,600 1,200 6,138
136/M/ЖКТ 349M/ЖКТ 241K	сметанным, 80/30 Овощи припущенные с маслом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Итого за Обед	150 180 60 760	2,294 0,702 4,740 25,838	2,359 0,054 0,600 25,808	12,339 17,110 28,980 97,317	81,807 72,780 141,000 731,811 Полдник 275,28	0,111 0,018 0,096 0,518	7,900 0,720 34,696	3172,000 4206,200	0,692 0,990 0,780	43,740 28,800 13,800 190,552	89,520 26,280 52,200 418,238	60,360 18,900 19,800 170,631 28,68	1,136 0,600 1,200 6,138 0,83
136/M/ЖКТ 349M/ЖКТ 241K	сметанным, 80/30 Овощи припущенные с маслом Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный Итого за Обед	150 180 60 760	2,294 0,702 4,740 25,838	2,359 0,054 0,600 25,808	12,339 17,110 28,980 97,317 L	81,807 72,780 141,000 731,811	0,111 0,018 0,096 0,518	7,900 0,720 34,696	3172,000 4206,200	0,692 0,990 0,780 6,698	43,740 28,800 13,800 190,552	89,520 26,280 52,200 418,238	60,360 18,900 19,800 170,631	1,136 0,600 1,200 6,138

№ рецепта	Наименование дней недели,	Macca	Пип	цевые веще	ства (г)	Энергетиче ская	20.01-2.25	Витам	ины (мг)		Ми	неральные	е вещества	(мг)
	блюд	порции	Б	ж	y	ценность (ккал)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	6					Завтрак	1975							
223M/335M	Запеканка творожная с соусом абрикосовым, 120/30	150	22,22	15,09	40,40	391,06	0,07	0,70	110,49	0,46	202,78	275,83	33,62	1,04
377M/ЖКТ	Чай с лимоном	187	0,054	0,006	8,167	33,972	0,003	2,500	0.232.5	0.012	7,350	9.560		
	Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	94,000	0,064			0,520	9,200	34,800	5,120	0,880
	Фрукты (Бананы)	150	2,250	0,750	31,500	144,000	0,060	15,000		0,600	12,000	42,000	63,000	0,800
	Итого за Завтрак	527	27,686	16,245	99,390	663,029	0,201	18,195	110,490	1,592	231,327	362,185		0,900
			ge miki mil		Bmo	рой завтрак			110,450	1,372	231,327	302,183	114,937	3,618
366/M/ЖКТ	Желе из молока	125	6,21	2,37	13,52	100,24	0,02	0,56	9,40		112,80	84.60	100	
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	aev. m. d.	0,75	12,50		155,00	12.3783	13,16	0,12
1	Ітого за Второй завтрак	250	11,34	4,24	20,90	171,49	0,02	1,31	21,90		267,80	118,75	18,75	0,13
						Obed	A Land	1,51	21,50		207,80	203,35	31,91	0,25
73/M/ЖКТ	Икра свекольная	60	1,55	4,06	8,71	78,66	0,04	12,35		1,98	26,74	26.86		
151K/ЖКТ	Уха Ростовская	200	6,48	4,86	11,36	115,67	0.14	18,21	7,20	1,90	20,74	36,76	19,16	1,10
255M/332M	Печень по- строгановски	90	12,90	7,22	7,57	147,79	0,24	23,06	5511,00	1,61	24,90	94,60	26,62	0,97
	Каша гречневая вязкая с маслом	.150	4,82	4,15	21,75	143,48	0,16	25,00	16,00	0,34	12,24	228,06	15,35	4,80
342М/ЖКТ	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	11,51	48,84	0,01	3,60	1,80	0,34	5,76	115,19	76,22	2,58
	Хлеб пшеничный	60	4,74	0,60	28,98	141,00	0.10	2,00	1,00	0,78	13,80	3,96	3,24	0,82
	Итого за Обед	590	30,63	21,04	89,88	675,44	0.69	57,22	5536,00	6,68	103,82	52,20	19,80	1,20
					I.	<i>Толдник</i>			3330,00	0,00	103,82	530,77	160,39	11,47
366/M/ЖКТ	Желе из молока	125	6,21	2,37	13,52	100,24	0,02	0.56	9,40		112,80	94.60	10.14	
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25		0,75	12,50		155,00	84,60	13,16	0,12
	Итого за Полдник	250	11,34	4,24	20,90	171,49	0,02	1,31	21,90			118,75	18,75	0,13
	Всего за Среда-2	1617	80,99	45,77	231,06	1681,44	0,93	78,05	5690,29	8,28	267,80 870,74	203,35 1299,66	31,91 339,14	0,25

№ рецепта	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	Пип	цевые веще	ства (г)	Энергетиче ская	VIII LA	Витам	ины (мг)		ME	инеральны	е вещества	(мг)
			Б	ж	y	ценность (ккал)	B1	С	А (мкт)	E	Ca	P	Mg	Fe
	17					Завтрак			A THE STREET					PIE I
	Подгарнировка из огурцов свежих без кожицы	40	0,280	0,040	0,760	4,400	0,012	2,800		0,040	6,800	12,000	5,600	0,200
292М/ЖКТ	Птица (грудки кур.), тушенные в соусе с овощами	230	28,083	14,929	23,208	342,216	0,299	26,022	767,500	3,462	61,333	285,085	63,411	2,913
379M/ЖКТ	Кофейный напиток с молоком	180	3,610	2,750	12,804	86,520	0,021	0,724	9,000	3 2 3 1 7 1	112,766	N. HINGS	188	
	Хлеб пшеничный	50	3,950	0,500	24,150	117,500	0,080	0,724	2,000	0,650	11,500	81,000 43,500	12,600	0,118
	Итого за Завтрак	500	35,923	18,219	60,922	550,636	0.412	29,546	776,500				16,500	1,000
						рой завтрак	0,412	23,340	776,300	4,152	192,398	421,585	98,111	4,231
242K	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59	00.00					
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	0,12	I NOURS TO SE	90,75	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
h	Ітого за Второй завтрак	250	24,25	14,16	25,61	334,84	0,12	0,75	12,50		155,00	118,75	18,75	0,13
				,	25,01	Обед	0,12	1,34	103,25	0,24	339,37	367,63	45,46	0,97
69K	Салат из отварной моркови с сыром	60	2,184	7,608	3,312	91,386	0,031	2,448	973,800	2.072	1			
103M	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	200	2,981	2,389	16,930	101,342	0,098	13.481	210,800	2,862 1,128	73,622	65,055 59,130	20,980	0,401
233M/328M	Рыба запеченая под молочным соусом	120	17,329	10,953	8,501	202,711	0,177	2,170	67,033	0,284	137,660		20,949	0,923
312M/ЖКТ	Картофельное пюре	150	3,279	3,991	22,183	138,186	0,160	25.938	18,300			291,081	58,859	1,080
350M/ЖКТ	Кисель из плодов чёрной смородины	180	0,188	0,036	16,310	63,800	0.005	36,000	18,300	0,169	45,140	97,470	33,110	1,221
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	141,000	0,096	30,000		0,130	9,680	12,100	5,580	0,258
	Итого за Обед	770	30,701	25,577	96,216	738,425	0,567	80,037	1269,933	5,353	13,800	52,200	19,800	1,200
					n	олдник		00,057	1209,933	3,333	302,408	577,036	159,277	5,083
242K	Суфле творожное запеченное	125	19,12	12,29	18,23	263,59	0,12	0,59	90,75	0,24	194.27	240.00		
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25		0,75	12,50	0,24	184,37	248,88	26,71	0,85
	Итого за Полдник	250	24,25	14,16	25,61	334,84	0,12	1,34	103,25	0,24	155,00	118,75	18,75	0,13
	Всего за Четверг-2	1770	115,12	72,12	208.35	1958,75	1,22	112,26	2252,93	9,99	339,37 1173,55	367,63 1733,88	45,46 348,30	0,97

№ рецепта	Наименование дней недели,	Macca	Пиг	цевые веще	ества (г)	Энергетиче ская	170	Витам	ины (мг)		Mı	инеральны	е вещества	а (мг)
	блюд	порции	Б	ж	У	ценность (ккал)	B1	С	А (мкг)	E	Ca	P	Mg	Fe
	Подгарнировка из огурцов свежих без					Завтрак								
	кожицы	40	0,280	0,040	0,760	4,400	0,012	2,800	Tomas est	0,040	6,800	12,000	1	1
231K	Омлет с сыром запеченный	130	15,928	16,226	2,205	219,528	0,071	0,326	260,600	0,610	248,026	296,144	5,600	0,200
377M/ЖКТ	Чай с лимоном	187	0,054	0,006	8,167	33,972	0,003	2,500	· All Care			AND THE PROPERTY OF	22,092	2,33
	Фрукты	150	0,600	0,450	15,450	70,500	0,030	7,500		0,012	7,350	9,560	5,120	0,880
	Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	94,000	0,030	7,500		0,600	28,500	24,000	18,000	3,450
	Итого за Завтрак	547	20,022	17.122	45,902	422,400				0,520	9,200	34,800	13,200	0,800
						рой завтрак	0,180	13,126	260,600	1,782	299,876	376,504	64,012	7,661
362/М/ЖКТ	Желе из ягод (черн.смородина)	125	3,64	0,05	1,76	21,99		T						
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38		0,01	30,00		0,11	5,40	4,95	4,65	0,20
	Ітого за Второй завтрак	EL MANUEL		La la Salamanora	7,36	71,25		0,75	12,50		155,00	118,75	18,75	0,13
	эморой зивтрик	250	8,76	1,92	9,13	93,24	0,01	30,75	12,50	0,11	160,40	123,70	23,40	0,32
74/M/ЖКТ	Икра кабачковая	(a				Обед								
98/M/ЖКТ	Суп крестьянский с крупой на курином	60	1,052	2,217	5,459	46,992	0,037	19,300		1,041	23,090	21,320	12,540	0,580
	бульоне	200	2,648	3,245	11,325	85,431	0,068	16,248	193,000	1,565	31,892	58,460	18,808	0,955
291М/ЖКТ	Плов из птицы	250	30,308	14,668	47,238	444,288	0,184	8,270	328,400	4.287	36,781			
352M/ЖКТ	Кисель из яблок	180	0,115	0,108	17,102	70,510	0,008	2,700	1,350	0,054		303,710	64,217	2,604
	Хлеб пшеничный	60	4,740	0,600	28,980	141,000	0,096		1,550	0,780	7,120	8,360	2,430	0,621
	Итого за Обед	750	38,863	20,838	110,104	788,221	0,392	46,518	522,750	7,727	13,800	52,200	19,800	1,200
CO O CONTROL					П	<i>Голдник</i>		and the same of th	322,730	1,121	112,683	444,049	117,795	5,960
	Желе из ягод	125	3,64	0,05	1,76	21,99	0,01	30.00		0,11	6.40			
386M	Йогурт	125	5,13	1,88	7,38	71,25	an and a	0,75	12,50	0,11	5,40	4,95	4,65	0,20
	Итого за Полдник	250	8,76	1,92	9,13	93,24	0,01	30,75	12,50	0,11	155,00	118,75	18,75	0,13
	Всего за Пятница-2	1737	76,41	41,80	190,23	1460,95	0,58	121,14	808,35	9,73	160,40	123,70	23,40	0,32
	Итого	17494	874,65	561,14	2301,09	17916,33	8,70	717,40	19982,62	9,73 88,45	733,36 9249,42	1067,95 13352,33	228,61 2934,12	14,31