



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 1 день: 1

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок Соль)	200/5	9,12	8,15	35,92	253,5
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	521	11,07	8,82	74,79	425,39
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (Свекла очищенная, Масло растительное)	100	1,43	6,09	8,36	93,9
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5% Соль)	250	6,4	4,5	18,6	141
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ (Морковь очищенная, Говядина, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Рис Соль)	280	8,96	26,88	41,72	444,64
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,1	0,1	24,9	100,9
Итого за Обед	862	19,39	37,93	120,12	899,8
Итого за день	1 383	30,46	46,75	194,91	1325,19

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 1 день: 2

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ОЛАДЬИ ИЗ БЕЗГЛЮТЕНОВОЙ МУКИ И ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ (Творог, Яйцо, Варенье, Мука безглютеновая, Молоко, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	180/20	25,16	17,48	53,69	472,72
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за Завтрак	516	27,11	18,05	93,06	644,61
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	100	1	5,2	2,5	60,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ БЕЗГЛЮТЕНОВЫМИ И КУРОЙ ОТВАРНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Макароны безглютен, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	250/15	7,17	3,88	20,12	148,3
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) (Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	100	15,83	17,33	11,33	265
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	180	4,16	5,95	37,56	220,5
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая, Сахарный песок)	200	0,2	0,2	27,9	115
Итого за Обед	877	30,86	32,92	125,95	928,96
Итого за день	1 393	57,97	50,97	219,01	1573,57

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 1 день: 3

" _____ " _____ 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" (Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	200	6,2	10	26,8	224
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
Итого за Завтрак	416	7,75	10,27	55,87	348,89
Обед					
САЛАТ "ОВОЩНОЙ" (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ КУРОЙ ОТВАРНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	250/15	6,17	5,18	11,82	122,3
КОТЛЕТА КАРТОФЕЛЬНО-РЫБНАЯ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Мука безглютеновая, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	100	13	12,6	15	226
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	180	7,02	10,26	29,7	276,3
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,04	0,1	18,2	73
Итого за Обед	877	29,73	33,7	103,76	877,96
Итого за день	1 293	37,48	43,97	159,63	1226,85

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 1 день: 4

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (Кукурузная крупа, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок, Соль)	200	6,13	2,93	34,27	189,33
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ	20	1,1	0,2	11,1	49,2
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за Завтрак	536	9,18	3,7	84,74	410,42
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры) (Масло растительное, Огурцы свежие)	100	0,7	0,1	1,9	12
СУП-БУЛЬОН "ДЕТСКИЙ" С БЕЗГЛЮТЕНОВЫМИ МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ЗЕЛЕНЬЮ (Цыпленок бройлер, Макароны безглютеновые, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	250	0,35	0,04	0,3	5
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01) (Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Соль)	100	11,2	10,4	0,8	184
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	180	2,4	6,84	14,52	131,04
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая, Сахарный песок)	200	0,2	0,2	27,9	115
Итого за Обед	862	17,35	17,94	71,96	566,4
Итого за день	1 398	26,53	21,64	156,7	976,82

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 1 день: 5

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Макароны безглютенов., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200	8,93	10,67	36,67	278,67
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	516	10,88	11,34	75,54	450,56
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лимонная кислота, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	100	1,6	5,1	6,9	80
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	3,3	6	11,7	115
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ (безглютен) (Морковь очищенная, Мука безглютеновая, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	34,38	27,17	8,73	416,67
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	169,2
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,04	0,1	18,2	73
Итого за Обед	862	45,54	45,21	96,43	973,23
Итого за день	1 378	56,42	56,55	171,97	1423,79

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 1 день: 6

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	200	4,8	6,13	13,87	129,87
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
БАНАН СВЕЖИЙ	180	2,7	0,9	37,8	172,8
Итого за Завтрак	596	9,05	7,3	80,74	427,56
Обед					
ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы соленые, Соль)	100	1,4	10,1	6,6	123
ЩИ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И КУРОЙ ОТВАРНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста квашенная, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сливочное 82,5%, Соль)	250/15	6,07	5,28	7,12	104,3
ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ (безглютен) (Мука безглютеновая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Печень говяжья, Соль)	100	26,6	17,2	17,4	332
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	180	4,16	5,95	37,56	220,5
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
НАПИТОК КЛЮКВЕННЫЙ (Вода питьевая, Клюква протёртая с сахаром)	200	0,1	0,1	24,9	100,9
Итого за Обед	877	40,83	38,99	120,12	1000,06
Итого за день	1 473	49,88	46,29	200,86	1427,62

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 2 день: 1

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША "ЯНТАРНАЯ" (Яблоко свежее, Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	200	6,7	9,76	37,48	265
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	516	8,65	10,43	76,35	436,89
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (Лук репчатый, Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	100	1	5,2	2,5	61
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	6,4	4,5	18,6	141
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ (Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	280	32,29	29,49	51,71	601,07
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,04	0,1	18,2	73
Итого за Обед	862	42,23	39,65	117,55	995,43
Итого за день	1 378	50,88	50,08	193,9	1432,32

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 2 день: 2

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
ОЛАДЬИ ИЗ БЕЗГЛУТЕНОВОЙ МУКИ И ТВОРОГА С ВАРЕНЬЕМ (Творог, Яйцо, Варенье, Мука безглютеновая, Молоко, Масло растительное, Сахарный песок, Соль)	180/20	25,16	17,48	53,69	472,72
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ С ЛИМОНОМ (Чай, Вода питьевая, Лимон, Сахарный песок)	200	0,29	0,1	16	65
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за Завтрак	516	27,1	18,06	93,26	644,4
Обед					
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Огурцы соленые)	100	1	5,2	2,5	60,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБОЙ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250	3,3	6	11,7	115
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) (Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	100	15,83	17,33	11,33	265
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛУТЕНОВЫЕ (Макароны безглютен., Масло растительное, Соль)	180	6,36	5,04	31,56	229,2
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая, Сахарный песок)	200	0,2	0,2	27,9	115
Итого за Обед	862	29,19	34,13	111,53	904,36
Итого за день	1 378	56,29	52,19	204,79	1548,76

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 2 день: 3

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (Молоко , Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис , Сахарный песок, Соль)	200/5	5,25	7,08	28,85	201,5
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
Итого за Завтрак	421	6,8	7,35	57,92	326,39
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ (Свекла очищенная, Масло растительное)	100	1,43	6,09	8,36	93,9
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, КУРОЙ ОТВАРНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250/15	6,07	5,18	7,72	107,3
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (Рыба филе с/м, Вода питьевая, Лук репчатый, Соль)	100	16,29	1,14	1,71	82,86
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко , Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	169,2
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
НАПИТОК БРУСНИЧНЫЙ (Брусника протёртая с сахаром, Вода питьевая)	200	0,1	0,1	24,9	103
Итого за Обед	877	30,11	19,35	93,59	675,62
Итого за день	1 298	36,91	26,7	151,51	1002,01

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 2 день: 4

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло сливочное 82.5%, Соль)	200	4,8	6,13	13,87	129,87
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ	20	1,1	0,2	11,1	49,2
ГРУША СВЕЖАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47
Итого за Завтрак	536	7,85	6,9	64,34	350,96
Обед					
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (Капуста квашенная, Лук репчатый, Масло растительное, Сахарный песок)	100	1,6	5,1	7,7	83
СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Молоко, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82.5%, Соль)	250	2,4	0,4	8,76	48,2
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ) (Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Рис, Соль)	100	15,83	17,33	11,33	265
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (Картофель очищенный, Соль)	180	3,6	0,72	28,51	135,36
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая, Сахарный песок)	200	0,2	0,2	27,9	115
Итого за Обед	862	26,13	24,11	110,74	765,92
Итого за день	1 398	33,98	31,01	175,08	1116,88

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 2 день: 5

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА") (Пшено, Молоко, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Сахарный песок, Соль)	200	6,2	10	26,8	224
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	516	8,15	10,67	65,67	395,89
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Помидоры свежие, Соль)	100	0,49	5,2	5,1	69
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ КУРОЙ ОТВАРНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лимонная кислота, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Сахарный песок, Соль)	250/15	6,17	5,18	11,82	122,3
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01) (Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Соль)	100	11,2	10,4	0,8	184
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Рис, Соль)	180	4,16	5,95	37,56	220,5
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
ПЕЧЕНЬЕ БЕЗГЛЮТЕНОВОЕ	20	1,1	0,2	11,1	49,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" (Компотная смесь из сухофруктов, Вода питьевая, Лимонная кислота, Сахарный песок)	200	0,04	0,1	18,2	73
Итого за Обед	897	25,66	27,39	111,12	837,36
Итого за день	1 413	33,81	38,06	176,79	1233,25

Зав. производством _____



Меню ЦЕЛИАКИЯ 12-18 ЛЕТ

Неделя 2 день: 6

" " 2022

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (Кукурузная крупа, Молоко, Вода питьевая, Сахарный песок, Соль)	200	6,13	2,93	34,27	189,33
ЧАЙ С САХАРОМ (Чай, Вода питьевая, Сахарный песок)	200	0,3	0,09	15,8	65,21
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
БАНАН СВЕЖИЙ	180	2,7	0,9	37,8	172,8
Итого за Завтрак	596	10,38	4,1	101,14	487,02
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (Масло растительное, Огурцы свежие)	100	0,72	5,1	2,5	59
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ ОТВАРНОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горошек зелёный консерв., Капуста б/к свежая, Паровый лист, Лук репчатый, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	250/15	6,27	5,28	10,32	118,3
ПЕЧЕНЬ ТУШЕННАЯ (безглютен) (Мука безглютеновая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Печень говяжья, Соль)	100	26,6	17,2	17,4	332
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (Картофель очищенный, Молоко, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	180	3,72	6,48	24,36	169,2
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (Яблоко свежее, Вода питьевая, Груша свежая, Сахарный песок)	200	0,2	0,2	27,9	115
Итого за Обед	877	40,01	34,62	109,02	912,86
Итого за день	1 473	50,39	38,72	210,16	1399,88

Зав. производством _____