

Согласовано

Директор государственного бюджетного дошкольного общеобразовательного учреждения № \_\_\_\_\_

Утверждено

Генеральный директор ООО "Альфа-Провиант"

"\_\_" \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

"01" сентября 2024 г.



Ланенкова С.Г.

**ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ЧЕТЫРЕХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ, С ДИАГНОЗОМ АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ, В ВОЗРАСТЕ ОТ 3-7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, В СООТВЕТСВИИ С ПОКАЗАНИЯМИ ПО ДАННОМУ ТИПУ АЛЛЕРГИЧЕСКОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ.**

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 1

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара)	180	5,8	1,4	30,8	162	0,19	0	0	8,8	23	88	2,3	ТТК-189,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЁНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>7,75</b>	<b>1,97</b>	<b>70,17</b>	<b>333,89</b>	<b>0,31</b>	<b>5,04</b>	<b>60,3</b>	<b>43,84</b>	<b>75,5</b>	<b>116,8</b>	<b>5,91</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
<b>Обед</b>														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	1,27	2,7	23,67	0	4,5		10,5	19	6,5	0,35	ТТК-19	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	5,65	4,3	14,46	173,98	0,09	5,79	12	18,31	72,96	21,25	0,6	ТТК-100,05	
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ без моркови	200	21,47	27,33	33,6	432	0,08	1,33	200	76	249,33	49,33	1,47	ТТК-265,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>28,76</b>	<b>33,17</b>	<b>77,89</b>	<b>745,69</b>	<b>0,27</b>	<b>12,97</b>	<b>272</b>	<b>129,62</b>	<b>375,01</b>	<b>94,74</b>	<b>3,54</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,02	6	6	14	25	8,4	0,36	54-2з	РПН 2022
ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты)	70	10,85	11,55	1,96	154	0,03		42	7	107,8	14	1,4	ТТК-257,04	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" на растительном масле	130	3,12	3,99	9,01	84,41	0,03	0	26	20,37	67,6	22,53	0,52	ТТК-323,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>16,02</b>	<b>15,91</b>	<b>41,54</b>	<b>371,8</b>	<b>0,18</b>	<b>6,04</b>	<b>134,3</b>	<b>57,41</b>	<b>236,9</b>	<b>61,73</b>	<b>3,59</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>52,62</b>	<b>51,14</b>	<b>212,28</b>	<b>1556,68</b>	<b>0,77</b>	<b>25,85</b>	<b>466,6</b>	<b>237,17</b>	<b>692,81</b>	<b>275,07</b>	<b>13,4</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 2

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ( на воде с маслом растительным)	180	6	2,3	48,6	201,6			120	10,1	34,6	12,8	0,3	ТТК-189	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>7,95</b>	<b>2,97</b>	<b>87,47</b>	<b>373,49</b>	<b>0,13</b>	<b>10,04</b>	<b>180,3</b>	<b>42,14</b>	<b>82,1</b>	<b>38,6</b>	<b>3,81</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
<b>Обед</b>														
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	50	0,67	1,75	3,5	25,92	0,01	19,33	2,75	18,58	16,83	7,26	0,29	ТТК-981,04	
БОРЩ ОВОЩНОЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	4,93	5,24	8,49	100,54	0,04	7,95	156	32,71	64,32	20,53	1,32	ТТК-76,09	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200	6,53	8,53	6,13	200	0,13	6,67	13	13,33	253,33	21,33	0,03	ТТК-258,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>13,41</b>	<b>15,79</b>	<b>45,25</b>	<b>442,5</b>	<b>0,28</b>	<b>35,3</b>	<b>231,75</b>	<b>89,43</b>	<b>368,2</b>	<b>66,78</b>	<b>2,76</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19	
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ	70	15,87	10,85	6,11	291,67	0,06	1,3	23,33	43,4	190,98	40,6	1,84	ТТК-277,04	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	130	4,59	3,64	22,79	165,53	0,05	0	26	7,8	31,2	5,2	0,61	ТТК-209,02	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>22,44</b>	<b>16,28</b>	<b>61,21</b>	<b>610,49</b>	<b>0,21</b>	<b>6,74</b>	<b>109,63</b>	<b>79,84</b>	<b>281,48</b>	<b>70,4</b>	<b>4,18</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>43,89</b>	<b>35,13</b>	<b>216,61</b>	<b>1531,78</b>	<b>0,63</b>	<b>53,88</b>	<b>521,68</b>	<b>217,71</b>	<b>737,18</b>	<b>177,58</b>	<b>11,11</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 3

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" ( на воде с маслом растительным)	180	8,1	8,1	33,48	189	0,04	4,14	72	163,8	100,8	0	0	ТТК-190,06	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>396</b>	<b>9,65</b>	<b>8,37</b>	<b>62,55</b>	<b>313,89</b>	<b>0,14</b>	<b>4,18</b>	<b>132,3</b>	<b>179,84</b>	<b>137,3</b>	<b>16,8</b>	<b>1,31</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		

Обед														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з	РПН 2022
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	180/10	5,27	3,16	13,9	105,24	0,1	10,24	154	23,8	77,76	26,24	1,06	ТТК-92,02	
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	70	11,08	12,13	7,93	185,5	0,05	2,33		10,5	95,67	14	1,17	ТТК-284	
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	130	1,74	4,94	10,48	94,64	0,12	18,32	156	74,53	80,36	18,67	1,89	ТТК-338,1	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>19,79</b>	<b>20,58</b>	<b>60,69</b>	<b>508,5</b>	<b>0,39</b>	<b>37,24</b>	<b>375</b>	<b>145,31</b>	<b>308,34</b>	<b>83,57</b>	<b>5,54</b>		
Уплотненный полдник														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	70	7,84	7,28	0,56	128,8	0,06			14	154	19,6	2,52	ТТК-68,01	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	130	5,05	7,41	21,48	172,81	0,07	0,52	34,67	50,7	32,93	1,95	0,26	ТТК-133,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЕНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>516</b>	<b>14,84</b>	<b>15,26</b>	<b>61,41</b>	<b>473,5</b>	<b>0,25</b>	<b>5,56</b>	<b>94,97</b>	<b>99,74</b>	<b>239,43</b>	<b>50,35</b>	<b>6,39</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>44,37</b>	<b>44,3</b>	<b>207,33</b>	<b>1401,19</b>	<b>0,79</b>	<b>48,78</b>	<b>602,27</b>	<b>431,19</b>	<b>690,47</b>	<b>152,52</b>	<b>13,6</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 4

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	180	4,7	6,3	25,7	179	0,06	1	50	108	101	20	2	ТТК-189	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>6,65</b>	<b>6,97</b>	<b>64,57</b>	<b>350,89</b>	<b>0,19</b>	<b>11,04</b>	<b>110,3</b>	<b>140,04</b>	<b>148,5</b>	<b>45,8</b>	<b>5,51</b>		
Завтрак II														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
Обед														
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	50	0,67	1,75	3,5	25,92	0,01	19,33	2,75	18,58	16,83	7,26	0,29	ТТК-981,04	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/40	7,07	6,22	14,14	157,84	0,13	8,64	144	26	144,16	34,24	2,3	ТТК-92,02	
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	15,39	15,58	3,04	213,64	0,04	0,98	14	13,72	147	19,6	1,96	ТТК-259	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	130	3,9	5,74	20,15	151,56	0,03		32,5	8,47	1,19	1,28	0,05	ТТК-323,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>666</b>	<b>28,31</b>	<b>29,56</b>	<b>67,96</b>	<b>665</b>	<b>0,31</b>	<b>30,3</b>	<b>253,25</b>	<b>91,58</b>	<b>342,9</b>	<b>80,04</b>	<b>5,72</b>		
Уплотненный полдник														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,02	6	6	14	25	8,4	0,36	54-2з	РПН 2022
ТУШЕНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	70	15,9	10,85	6,11	291,67	0,06	1,3	35	43,4	190,98	40,6	1,84	ТТК-277,07	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	130	4,59	3,64	22,79	165,53	0,05	0	26	7,8	31,2	5,2	0,61	ТТК-209,02	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>22,54</b>	<b>14,86</b>	<b>59,47</b>	<b>590,59</b>	<b>0,23</b>	<b>7,34</b>	<b>127,3</b>	<b>81,24</b>	<b>283,68</b>	<b>71</b>	<b>4,12</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>57,59</b>	<b>51,48</b>	<b>214,68</b>	<b>1711,78</b>	<b>0,74</b>	<b>50,48</b>	<b>490,85</b>	<b>319,16</b>	<b>780,48</b>	<b>198,64</b>	<b>15,71</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 5

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" (на воде с маслом растительным)	180	5,76	3,42	55,8	277,02	0,04	0	108	0	2,27	0,07	0	ТТК-190	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>396</b>	<b>7,31</b>	<b>3,69</b>	<b>84,87</b>	<b>401,91</b>	<b>0,14</b>	<b>0,04</b>	<b>168,3</b>	<b>16,04</b>	<b>38,77</b>	<b>16,87</b>	<b>1,31</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
<b>Обед</b>														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	1,27	2,7	23,67	0	4,5		10,5	19	6,5	0,35	ТТК-19	
СУП-КРЕМ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	4,32	2,88	11,86	90,24	0,05	5,76	162	77,04	12,42	0,9	0,22	ТТК-110,01	
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ	180	10,9	11,6	31,2	272,8	0,07	15,4	48	68,4	88,4	1,98	1,8	ТТК-306	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>606</b>	<b>16,86</b>	<b>16,02</b>	<b>72,89</b>	<b>502,75</b>	<b>0,22</b>	<b>27,01</b>	<b>270</b>	<b>180,75</b>	<b>153,54</b>	<b>27,04</b>	<b>3,49</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	70	7,84	7,28	0,56	128,8	0,06			14	154	19,6	2,52	ТТК-68,01	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	5,05	7,41	21,48	172,81	0,07	0,52	34,67	50,7	32,93	1,95	0,26	ТТК-133,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЕНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>516</b>	<b>14,84</b>	<b>15,26</b>	<b>61,41</b>	<b>473,5</b>	<b>0,25</b>	<b>5,56</b>	<b>94,97</b>	<b>99,74</b>	<b>239,43</b>	<b>50,35</b>	<b>6,39</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>39,1</b>	<b>35,06</b>	<b>241,85</b>	<b>1483,46</b>	<b>0,62</b>	<b>34,41</b>	<b>533,27</b>	<b>302,83</b>	<b>437,14</b>	<b>96,06</b>	<b>11,55</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 6

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде и с маслом растительным)	180	6,12	4,2	22,68	153,6	0,06	1,2		118,8	126	27,6	1,2	ТТК-189,2	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>8,07</b>	<b>4,87</b>	<b>61,55</b>	<b>325,49</b>	<b>0,19</b>	<b>11,24</b>	<b>60,3</b>	<b>150,84</b>	<b>173,5</b>	<b>53,4</b>	<b>4,71</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		

Обед														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з	РПН 2022
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	5,65	4,3	14,46	173,98	0,09	5,79	12	18,31	72,96	21,25	0,6	ТТК-100,05	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	70	11,49	5,79	6,16	122,5	0,05	0	4,67	12,13	116,43	16,68	1,17	ТТК-325,05	
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,21	5,46	28,43	175,93	0,02	0	43,33	2,6	52,87	16,47	0,52	ТТК-325,06	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>22,05</b>	<b>15,9</b>	<b>77,43</b>	<b>595,53</b>	<b>0,28</b>	<b>12,14</b>	<b>125</b>	<b>69,52</b>	<b>296,81</b>	<b>79,06</b>	<b>3,71</b>		
Уплотненный полдник														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19	
ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты)	70	10,85	11,55	1,96	154	0,03		42	7	107,8	14	1,4	ТТК-257,04	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,48	3,74	19,94	122,2	0,13	18,2	0	12,69	69,1	25,42	1	ТТК-208,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>15,31</b>	<b>17,08</b>	<b>54,21</b>	<b>429,49</b>	<b>0,26</b>	<b>23,64</b>	<b>102,3</b>	<b>48,33</b>	<b>236,2</b>	<b>64,02</b>	<b>4,13</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>45,52</b>	<b>37,94</b>	<b>215,87</b>	<b>1455,81</b>	<b>0,74</b>	<b>48,82</b>	<b>287,6</b>	<b>274,99</b>	<b>711,91</b>	<b>198,28</b>	<b>12,91</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 7

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	180	4,7	6,3	25,7	179	0,06	1	50	108	101	20	2	ТТК-189	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЁНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>6,65</b>	<b>6,87</b>	<b>65,07</b>	<b>350,89</b>	<b>0,18</b>	<b>6,04</b>	<b>110,3</b>	<b>143,04</b>	<b>153,5</b>	<b>48,8</b>	<b>5,61</b>		
Завтрак II														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	1,27	2,7	23,67	0	4,5		10,5	19	6,5	0,35	ТТК-19	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52	0,13	1,4	87,48	24,3	72,36	26,1	1,33	ТТК-119	
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	70	11,08	12,13	7,93	185,5	0,05	2,33		10,5	95,67	14	1,17	ТТК-284	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	5,05	7,41	21,48	172,81	0,07	0,52	34,67	50,7	32,93	1,95	0,26	ТТК-133,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>626</b>	<b>22,38</b>	<b>24,32</b>	<b>72,63</b>	<b>599,54</b>	<b>0,35</b>	<b>10,1</b>	<b>182,15</b>	<b>120,81</b>	<b>253,68</b>	<b>66,21</b>	<b>4,23</b>		
Уплотненный полдник														
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	60	0,8	2,1	4,2	31,1	0,02	23,2	3,3	22,3	20,2	8,71	0,35	ТТК-981,04	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	70	10,64	11,62	7,42	180,6	0,04	0	28	14	107,8	14	1,4	ТТК-293	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	130	5,81	6,93	23,83	181,13	0,06	11,27	372,67	19,93	46,8	17,33	0,95	ТТК-209,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>18,8</b>	<b>20,92</b>	<b>64,52</b>	<b>517,72</b>	<b>0,22</b>	<b>34,51</b>	<b>464,27</b>	<b>72,27</b>	<b>211,3</b>	<b>56,84</b>	<b>4,01</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>47,92</b>	<b>52,2</b>	<b>224,9</b>	<b>1573,45</b>	<b>0,76</b>	<b>52,45</b>	<b>756,72</b>	<b>342,42</b>	<b>623,88</b>	<b>173,65</b>	<b>14,21</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 8

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным)	180	6,72	3,48	29,28	175,2	0,17	1,2		122,4	164,4	42	2,4	ТТК-189,2	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>8,67</b>	<b>4,15</b>	<b>68,15</b>	<b>347,09</b>	<b>0,3</b>	<b>11,24</b>	<b>60,3</b>	<b>154,44</b>	<b>211,9</b>	<b>67,8</b>	<b>5,91</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
<b>Обед</b>														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з	РПН 2022
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	180/10	5,27	3,16	13,9	105,24	0,1	10,24	154	23,8	77,76	26,24	1,06	ТТК-92,02	
РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ	200	11,5	15,53	24,38	283,23	0,13	6,67	13	28	253,33	48	4	ТТК-258,08	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>18,47</b>	<b>19,04</b>	<b>66,66</b>	<b>511,59</b>	<b>0,35</b>	<b>23,26</b>	<b>232</b>	<b>88,28</b>	<b>385,64</b>	<b>98,9</b>	<b>6,48</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19	
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ	200	23,07	21,07	36,93	429,33	0,11	12	266,67	49,33	272	52	2,67	ТТК-311,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>25,05</b>	<b>22,86</b>	<b>69,24</b>	<b>582,62</b>	<b>0,21</b>	<b>17,44</b>	<b>326,97</b>	<b>77,97</b>	<b>331,3</b>	<b>76,6</b>	<b>4,4</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>52,28</b>	<b>46,14</b>	<b>226,73</b>	<b>1546,6</b>	<b>0,87</b>	<b>53,74</b>	<b>619,27</b>	<b>326,99</b>	<b>934,24</b>	<b>245,1</b>	<b>17,15</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 9

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	180	8,04	9,6	33	250,8	0,08	15,6	516	27,6	64,8	24	1,32	ТТК-209,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЕНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>9,99</b>	<b>10,17</b>	<b>72,37</b>	<b>422,69</b>	<b>0,2</b>	<b>20,64</b>	<b>576,3</b>	<b>62,64</b>	<b>117,3</b>	<b>52,8</b>	<b>4,93</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		

Обед													
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	3,41	3,31	1,39	49,06	0,02	2,37	42,6	10,03	35,7	7,03	0,51	ТТК-87,05
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ	70	15,87	10,85	6,11	291,67	0,06	1,3	23,33	43,4	190,98	40,6	1,84	ТТК-277,04
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,21	5,46	28,43	175,93	0,02	0	43,33	2,6	52,87	16,47	0,52	ТТК-325,06
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02
<b>Итого за Обед</b>	<b>646</b>	<b>24,2</b>	<b>21,41</b>	<b>66,3</b>	<b>661,1</b>	<b>0,2</b>	<b>10,42</b>	<b>169,26</b>	<b>93,44</b>	<b>336,07</b>	<b>89,56</b>	<b>4,41</b>	
Уплотненный полдник													
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з РПН 2022
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ	200	23,87	23,74	8,13	341,94	0,1	21,94	129,03	58,06	230,97	42,58	3,87	ТТК-262
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>466</b>	<b>25,84</b>	<b>24,09</b>	<b>38,45</b>	<b>473,91</b>	<b>0,22</b>	<b>26,98</b>	<b>194,33</b>	<b>85,77</b>	<b>288,3</b>	<b>66,38</b>	<b>5,48</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>60,12</b>	<b>55,76</b>	<b>199,8</b>	<b>1663</b>	<b>0,63</b>	<b>59,84</b>	<b>939,89</b>	<b>248,15</b>	<b>747,07</b>	<b>210,54</b>	<b>15,18</b>	

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 10

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на воде с маслом растительным)	180	6,05	8,78	33,7	239,04	0,14	1,44	57,6	92,16	145,44	40,32	2,88	ТТК-183,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>396</b>	<b>7,6</b>	<b>9,05</b>	<b>62,77</b>	<b>363,93</b>	<b>0,24</b>	<b>1,48</b>	<b>117,9</b>	<b>108,2</b>	<b>181,94</b>	<b>57,12</b>	<b>4,19</b>		
Завтрак II														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
Обед														
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	50	0,67	1,75	3,5	25,92	0,01	19,33	2,75	18,58	16,83	7,26	0,29	ТТК-981,04	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/40	7,07	6,22	14,14	157,84	0,13	8,64	144	26	144,16	34,24	2,3	ТТК-92,02	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200	6,53	8,53	6,13	200	0,13	6,67	13	13,33	253,33	21,33	0,03	ТТК-258,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>666</b>	<b>15,55</b>	<b>16,77</b>	<b>50,9</b>	<b>499,8</b>	<b>0,37</b>	<b>35,99</b>	<b>219,75</b>	<b>82,72</b>	<b>448,04</b>	<b>80,49</b>	<b>3,74</b>		
Уплотненный полдник														
КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ	70	10,03	17,85	1,98	209,18	0	1,05	0	7,47	99,98	11,78	0,7	ТТК-314	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	130	5,81	6,93	23,83	181,13	0,06	11,27	372,67	19,93	46,8	17,33	0,95	ТТК-209,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338 2017	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>516</b>	<b>17,79</b>	<b>25,45</b>	<b>64,68</b>	<b>562,2</b>	<b>0,19</b>	<b>22,36</b>	<b>432,97</b>	<b>59,44</b>	<b>194,28</b>	<b>54,91</b>	<b>5,16</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>41,03</b>	<b>51,36</b>	<b>201,03</b>	<b>1531,23</b>	<b>0,81</b>	<b>61,63</b>	<b>770,62</b>	<b>256,66</b>	<b>829,66</b>	<b>194,32</b>	<b>13,45</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 11

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара)	180	5,8	1,4	30,8	162	0,19	0	0	8,8	23	88	2,3	ТТК-189,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЁНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>7,75</b>	<b>1,97</b>	<b>70,17</b>	<b>333,89</b>	<b>0,31</b>	<b>5,04</b>	<b>60,3</b>	<b>43,84</b>	<b>75,5</b>	<b>116,8</b>	<b>5,91</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
<b>Обед</b>														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з	РПН 2022
СУП-КРЕМ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	4,32	2,88	11,86	90,24	0,05	5,76	162	77,04	12,42	0,9	0,22	ТТК-110,01	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (без томатной пасты)	200	22,53	21,47	17,87	354,67	0,13	6,67	13,33	28	253,33	48	4	ТТК-258,06	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>626</b>	<b>28,55</b>	<b>24,7</b>	<b>58,11</b>	<b>568,03</b>	<b>0,3</b>	<b>18,78</b>	<b>240,33</b>	<b>141,52</b>	<b>320,3</b>	<b>73,56</b>	<b>5,64</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19	
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ	200	23,07	21,07	36,93	429,33	0,11	12	266,67	49,33	272	52	2,67	ТТК-311,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>25,05</b>	<b>22,86</b>	<b>69,24</b>	<b>582,62</b>	<b>0,21</b>	<b>17,44</b>	<b>326,97</b>	<b>77,97</b>	<b>331,3</b>	<b>76,6</b>	<b>4,4</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>61,44</b>	<b>49,62</b>	<b>220,2</b>	<b>1589,84</b>	<b>0,83</b>	<b>43,06</b>	<b>627,6</b>	<b>269,63</b>	<b>732,5</b>	<b>268,76</b>	<b>16,31</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 12

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	180	4,7	6,3	25,7	179	0,06	1	50	108	101	20	2	ТТК-189	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>6,65</b>	<b>6,97</b>	<b>64,57</b>	<b>350,89</b>	<b>0,19</b>	<b>11,04</b>	<b>110,3</b>	<b>140,04</b>	<b>148,5</b>	<b>45,8</b>	<b>5,51</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		

Обед														
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	60	0,8	2,1	4,2	31,1	0,02	23,2	3,3	22,3	20,2	8,71	0,35	ТТК-981,04	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	180/10	5,27	3,16	13,9	105,24	0,1	10,24	154	23,8	77,76	26,24	1,06	ТТК-92,02	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	70	7,84	7,28	0,56	128,8	0,06			14	154	19,6	2,52	ТТК-68,01	
ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ	130	1,74	4,94	10,48	94,64	0,12	18,32	156	74,53	80,36	18,67	1,89	ТТК-338,1	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>646</b>	<b>16,93</b>	<b>17,75</b>	<b>56,27</b>	<b>475,82</b>	<b>0,4</b>	<b>53,11</b>	<b>373,3</b>	<b>159,44</b>	<b>366,04</b>	<b>90,88</b>	<b>6,94</b>		
Уплотненный полдник														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з	РПН 2022
ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ (без моркови/специй)	200	12,91	16,46	34,86	339,2	0,02	2,29	114,29	48	69,71	3,89	0,57	ТТК-308,09	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>466</b>	<b>14,88</b>	<b>16,81</b>	<b>65,18</b>	<b>471,17</b>	<b>0,14</b>	<b>7,33</b>	<b>179,59</b>	<b>75,71</b>	<b>127,04</b>	<b>27,69</b>	<b>2,18</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>38,55</b>	<b>41,62</b>	<b>208,7</b>	<b>1403,18</b>	<b>0,74</b>	<b>73,28</b>	<b>663,19</b>	<b>381,49</b>	<b>646,98</b>	<b>166,17</b>	<b>14,99</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 13

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептур
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным)	180	6,72	3,48	29,28	175,2	0,17	1,2		122,4	164,4	42	2,4	ТТК-189,2	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>396</b>	<b>8,27</b>	<b>3,75</b>	<b>58,35</b>	<b>300,09</b>	<b>0,27</b>	<b>1,24</b>	<b>60,3</b>	<b>138,44</b>	<b>200,9</b>	<b>58,8</b>	<b>3,71</b>		
Завтрак II														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	1,27	2,7	23,67	0	4,5		10,5	19	6,5	0,35	ТТК-19	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	180/10	5,49	3,12	14,48	162,84	0,08	7,36	17,2	22,36	67,68	21,2	0,42	ТТК-100,05	
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	70	11,08	12,13	7,93	185,5	0,05	2,33		10,5	95,67	14	1,17	ТТК-284	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	5,05	7,41	21,48	172,81	0,07	0,52	34,67	50,7	32,93	1,95	0,26	ТТК-133,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>23,26</b>	<b>24,2</b>	<b>73,72</b>	<b>660,86</b>	<b>0,3</b>	<b>16,06</b>	<b>111,87</b>	<b>118,87</b>	<b>249</b>	<b>61,31</b>	<b>3,32</b>		
Уплотненный полдник														
ТУШЕНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	70	15,9	10,85	6,11	291,67	0,06	1,3	35	43,4	190,98	40,6	1,84	ТТК-277,07	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	130	5,81	6,93	23,83	181,13	0,06	11,27	372,67	19,93	46,8	17,33	0,95	ТТК-209,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЁНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>516</b>	<b>23,66</b>	<b>18,35</b>	<b>69,31</b>	<b>644,69</b>	<b>0,24</b>	<b>17,61</b>	<b>467,97</b>	<b>98,37</b>	<b>290,28</b>	<b>86,73</b>	<b>6,4</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>55,28</b>	<b>46,39</b>	<b>224,06</b>	<b>1710,94</b>	<b>0,82</b>	<b>36,71</b>	<b>640,14</b>	<b>361,98</b>	<b>745,58</b>	<b>208,64</b>	<b>13,79</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 14

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на воде с маслом растительным)	180	6,05	8,78	33,7	239,04	0,14	1,44	57,6	92,16	145,44	40,32	2,88	ТТК-183,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>396</b>	<b>7,6</b>	<b>9,05</b>	<b>62,77</b>	<b>363,93</b>	<b>0,24</b>	<b>1,48</b>	<b>117,9</b>	<b>108,2</b>	<b>181,94</b>	<b>57,12</b>	<b>4,19</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
<b>Обед</b>														
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	50	0,67	1,75	3,5	25,92	0,01	19,33	2,75	18,58	16,83	7,26	0,29	ТТК-981,04	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	5,43	4,35	13,89	116,38	0,1	8,67	148,8	19,75	83,04	26,29	1,25	ТТК-92,02	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	70	10,64	11,62	7,42	180,6	0,04	0	28	14	107,8	14	1,4	ТТК-293	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" на растительном масле	130	3,12	3,99	9,01	84,41	0,03	0	26	20,37	67,6	22,53	0,52	ТТК-323,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>21,14</b>	<b>21,98</b>	<b>60,95</b>	<b>523,35</b>	<b>0,28</b>	<b>29,35</b>	<b>265,55</b>	<b>97,51</b>	<b>308,99</b>	<b>87,74</b>	<b>4,58</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ	70	10,03	17,85	1,98	209,18	0	1,05	0	7,47	99,98	11,78	0,7	ТТК-314	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	130	4,59	3,64	22,79	165,53	0,05	0	26	7,8	31,2	5,2	0,61	ТТК-209,02	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>516</b>	<b>16,57</b>	<b>22,16</b>	<b>63,64</b>	<b>546,6</b>	<b>0,18</b>	<b>11,09</b>	<b>86,3</b>	<b>47,31</b>	<b>178,68</b>	<b>42,78</b>	<b>4,82</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>45,4</b>	<b>53,28</b>	<b>210,04</b>	<b>1539,18</b>	<b>0,71</b>	<b>43,72</b>	<b>469,75</b>	<b>259,32</b>	<b>675,01</b>	<b>189,44</b>	<b>13,95</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 15

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ	180	4,7	6,3	25,7	179	0,06	1	50	108	101	20	2	ТТК-189	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>396</b>	<b>6,25</b>	<b>6,57</b>	<b>54,77</b>	<b>303,89</b>	<b>0,16</b>	<b>1,04</b>	<b>110,3</b>	<b>124,04</b>	<b>137,5</b>	<b>36,8</b>	<b>3,31</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		

Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	1,27	2,7	23,67	0	4,5		10,5	19	6,5	0,35	ТТК-19	
БОРЩ ОВОЩНОЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	4,93	5,24	8,49	100,54	0,04	7,95	156	32,71	64,32	20,53	1,32	ТТК-76,09	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	70	11,49	5,79	6,16	122,5	0,05	0	4,67	12,13	116,43	16,68	1,17	ТТК-325,05	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	130	5,05	7,41	21,48	172,81	0,07	0,52	34,67	50,7	32,93	1,95	0,26	ТТК-133,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>23,11</b>	<b>19,98</b>	<b>65,96</b>	<b>535,56</b>	<b>0,26</b>	<b>14,32</b>	<b>255,34</b>	<b>130,85</b>	<b>266,4</b>	<b>63,32</b>	<b>4,22</b>		
Уплотненный полдник														
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ без моркови	200	21,47	27,33	33,6	432	0,08	1,33	200	76	249,33	49,33	1,47	ТТК-265,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЁНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>516</b>	<b>23,42</b>	<b>27,9</b>	<b>72,97</b>	<b>603,89</b>	<b>0,2</b>	<b>6,37</b>	<b>260,3</b>	<b>111,04</b>	<b>301,83</b>	<b>78,13</b>	<b>5,08</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>52,87</b>	<b>54,54</b>	<b>216,38</b>	<b>1548,64</b>	<b>0,63</b>	<b>23,53</b>	<b>625,94</b>	<b>372,23</b>	<b>711,13</b>	<b>180,05</b>	<b>12,97</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 16

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде и с маслом растительным)	180	6,12	4,2	22,68	153,6	0,06	1,2		118,8	126	27,6	1,2	ТТК-189,2	
ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ	16	0,08	0,8	7,2	36,32	0	0	0,48	2,56	0	0,14	0	ТТК-639,01	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЁНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>6,9</b>	<b>5,39</b>	<b>55,98</b>	<b>302,13</b>	<b>0,08</b>	<b>6,24</b>	<b>0,78</b>	<b>145,36</b>	<b>150</b>	<b>43,74</b>	<b>4,23</b>		
Завтрак II														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
Обед														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з	РПН 2022
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	4,61	3,24	13,39	101,52	0,13	1,4	87,48	24,3	72,36	26,1	1,33	ТТК-119	
КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ	70	10,03	17,85	1,98	209,18	0	1,05	0	7,47	99,98	11,78	0,7	ТТК-314	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	130	5,81	6,93	23,83	181,13	0,06	11,27	372,67	19,93	46,8	17,33	0,95	ТТК-209,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>626</b>	<b>22,15</b>	<b>28,37</b>	<b>67,58</b>	<b>614,95</b>	<b>0,31</b>	<b>20,07</b>	<b>525,15</b>	<b>88,18</b>	<b>273,69</b>	<b>79,87</b>	<b>4,4</b>		
Уплотненный полдник														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	200	6,53	8,53	6,13	200	0,13	6,67	13	13,33	253,33	21,33	0,03	ТТК-258,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>8,51</b>	<b>10,32</b>	<b>38,44</b>	<b>353,29</b>	<b>0,23</b>	<b>12,11</b>	<b>73,3</b>	<b>41,97</b>	<b>312,63</b>	<b>45,93</b>	<b>1,76</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>37,65</b>	<b>44,17</b>	<b>184,68</b>	<b>1375,67</b>	<b>0,63</b>	<b>40,22</b>	<b>599,23</b>	<b>281,81</b>	<b>741,72</b>	<b>171,34</b>	<b>10,75</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 17

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара)	180	5,8	1,4	30,8	162	0,19	0	0	8,8	23	88	2,3	ТТК-189,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>7,75</b>	<b>2,07</b>	<b>69,67</b>	<b>333,89</b>	<b>0,32</b>	<b>10,04</b>	<b>60,3</b>	<b>40,84</b>	<b>70,5</b>	<b>113,8</b>	<b>5,81</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
<b>Обед</b>														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	50	0,36	1,27	2,7	23,67	0	4,5		10,5	19	6,5	0,35	ТТК-19	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	180/10	4,09	5,8	6,17	93,16	0,05	1,65	4,8	32,94	61,17	19,27	0,96	ТТК-73,02	
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	70	7,84	7,28	0,56	128,8	0,06			14	154	19,6	2,52	ТТК-68,01	
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	130	1,74	4,94	10,48	94,64	0,12	18,32	156	74,53	80,36	18,67	1,89	ТТК-338,1	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>15,31</b>	<b>19,56</b>	<b>47,04</b>	<b>456,31</b>	<b>0,33</b>	<b>25,82</b>	<b>220,8</b>	<b>156,78</b>	<b>348,25</b>	<b>81,7</b>	<b>6,84</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>														
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ	60	0,8	2,1	4,2	31,1	0,02	23,2	3,3	22,3	20,2	8,71	0,35	ТТК-981,04	
ТУШЕНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	70	15,9	10,85	6,11	291,67	0,06	1,3	35	43,4	190,98	40,6	1,84	ТТК-277,07	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	130	4,59	3,64	22,79	165,53	0,05	0	26	7,8	31,2	5,2	0,61	ТТК-209,02	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>476</b>	<b>22,84</b>	<b>16,86</b>	<b>62,17</b>	<b>613,19</b>	<b>0,23</b>	<b>24,54</b>	<b>124,6</b>	<b>89,54</b>	<b>278,88</b>	<b>71,31</b>	<b>4,11</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>45,99</b>	<b>38,58</b>	<b>201,56</b>	<b>1508,69</b>	<b>0,89</b>	<b>62,2</b>	<b>405,7</b>	<b>293,46</b>	<b>703,03</b>	<b>268,61</b>	<b>17,12</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 18

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Са	Р	Mg	Fe		
<b>Завтрак</b>														
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" (на воде с маслом растительным)	180	5,76	3,42	55,8	277,02	0,04	0	108	0	2,27	0,07	0	ТТК-190	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>396</b>	<b>7,31</b>	<b>3,69</b>	<b>84,87</b>	<b>401,91</b>	<b>0,14</b>	<b>0,04</b>	<b>168,3</b>	<b>16,04</b>	<b>38,77</b>	<b>16,87</b>	<b>1,31</b>		
<b>Завтрак II</b>														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		

Обед														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з	РПН 2022
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	180/10	5,49	3,12	14,48	162,84	0,08	7,36	17,2	22,36	67,68	21,2	0,42	ТТК-100,05	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	200	16,67	12,53	13,87	129,87	0,04	0	40	31,33	104	34,67	0,8	ТТК-536,02	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>636</b>	<b>23,86</b>	<b>16</b>	<b>56,73</b>	<b>415,83</b>	<b>0,24</b>	<b>13,71</b>	<b>122,2</b>	<b>90,17</b>	<b>226,23</b>	<b>80,53</b>	<b>2,64</b>		
Уплотненный полдник														
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	70	11,08	12,13	7,93	185,5	0,05	2,33		10,5	95,67	14	1,17	ТТК-284	
РАГУ ОВОЩНОЕ	130	3,79	5,63	8,88	92,73	0,11	12,24	0	34,23	48,32	20,37	1,08	ТТК-142,08	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ГРУША ЗЕЛЁНАЯ	100	0,4	0,3	10,3	47	0,02	5	0	19	16	12	2,3	338	2017
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>516</b>	<b>16,82</b>	<b>18,33</b>	<b>56,18</b>	<b>450,12</b>	<b>0,28</b>	<b>19,61</b>	<b>60,3</b>	<b>79,77</b>	<b>196,49</b>	<b>63,17</b>	<b>5,86</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>48,08</b>	<b>38,11</b>	<b>220,46</b>	<b>1373,16</b>	<b>0,67</b>	<b>35,16</b>	<b>350,8</b>	<b>192,28</b>	<b>466,89</b>	<b>162,37</b>	<b>10,17</b>		

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 3-7 ЛЕТ

День: 19

Возраст: 3-7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				№ рецептуры	Сборник рецептов
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
Завтрак														
КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ	180	4,7	6,3	25,7	179	0,06	1	50	108	101	20	2	ТТК-189	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10		16	11	9	2,2	338	2017
<b>Итого за Завтрак</b>	<b>496</b>	<b>6,65</b>	<b>6,97</b>	<b>64,57</b>	<b>350,89</b>	<b>0,19</b>	<b>11,04</b>	<b>110,3</b>	<b>140,04</b>	<b>148,5</b>	<b>45,8</b>	<b>5,51</b>		
Завтрак II														
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)	180	0,09	0,09	22,68	105,3	0,01	1,8	0	6,3	5,4	1,8	0,36	ТТК-405,01	
<b>Итого за Завтрак II</b>	<b>180</b>	<b>0,09</b>	<b>0,09</b>	<b>22,68</b>	<b>105,3</b>	<b>0,01</b>	<b>1,8</b>	<b>0</b>	<b>6,3</b>	<b>5,4</b>	<b>1,8</b>	<b>0,36</b>		
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	60	0,43	1,52	3,24	28,4	0	5,4		12,6	22,8	7,8	0,42	ТТК-19	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/40	6,64	7,18	7,66	139,12	0,09	7,92	158,4	29,6	126,16	27,04	2,02	ТТК-95,07	
ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ (без моркови/специй)	200	12,91	16,46	34,86	339,2	0,02	2,29	114,29	48	69,71	3,89	0,57	ТТК-308,09	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	180	0,03	0,09	13,86	56,36	0	1,35	0	13,77	5,22	4,86	0,54	ТТК-394,02	
<b>Итого за Обед</b>	<b>676</b>	<b>21,26</b>	<b>25,43</b>	<b>72,89</b>	<b>622,76</b>	<b>0,21</b>	<b>16,96</b>	<b>332,69</b>	<b>115,01</b>	<b>252,39</b>	<b>56,39</b>	<b>4,13</b>		
Уплотненный полдник														
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	50	0,42	0,08	1,25	7,08	0,02	5	5	11,67	20,83	7	0,3	54-2з	РПН 2022
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ	200	12,11	12,89	34,67	303,11	0,08	17,11	53,33	76	98,22	2,2	2	ТТК-306	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68	0,1	0	60	11,04	28,5	12,8	0,58	ТТК-639,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>466</b>	<b>14,08</b>	<b>13,24</b>	<b>64,99</b>	<b>435,08</b>	<b>0,2</b>	<b>22,15</b>	<b>118,63</b>	<b>103,71</b>	<b>155,55</b>	<b>26</b>	<b>3,61</b>		
<b>Итого за день</b>		<b>42,08</b>	<b>45,73</b>	<b>225,13</b>	<b>1514,03</b>	<b>0,61</b>	<b>51,95</b>	<b>561,62</b>	<b>365,06</b>	<b>561,84</b>	<b>129,99</b>	<b>13,61</b>		



## СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Уплотненный полдник	Обед	Завтрак II	Завтрак
3-7 ЛЕТ	489	639	180	461

### ПРИ СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ ИСПОЛЬЗОВАЛАСЬ СЛЕДУЮЩАЯ ЛИТЕРАТУРА :

1. Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. - Москва.: Дели плюс, 2017. - 544 с.
2. Сборник рецептов блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях: Пособие. - М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.-275с.

**Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом её пищевой ценности ( СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4.)**

**Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.2.8)**