

Примерное 2-х недельное меню для учащихся 7-11 лет, больных целиакией

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6,771	7,859	1,551	104
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5	6,703	8,788	33,069	238
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,273	0,057	15,230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		602	15,727	17,434	78,860	535
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Яблоко зеленое)	120	0,480	0,480	11,760	53
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	60	0,931	3,051	9,105	68
№ 111 сб.рецептур 2004 г.	БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты)	200	2,184	1,880	25,185	126
№266/2015г,Дели	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90г	13,755	13,345	8,879	211
№302/2015г,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,622	5,399	40,875	239
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ 40 г	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		860	26,102	26,165	119,624	817
		Всего:	1462	41,829	43,599	198,484
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (мандарин)	100	0,480	0,480	5,860	53
№14/2015г Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7,30	7,55	0,8	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ с маслом	150 /5	6,008	7,453	43,484	265
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/ 15	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		505	15,608	15,873	87,834	576
ОБЕД						
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60	0,455	0,653	5,016	29
№99/2015г,Дели	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 10	2,970	3,763	20,083	126
№291/2015г,Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты)	50/150	16,838	18,996	32,639	369
№348/2015г,Дели	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		710	22,623	25,392	96,298	704
		Всего:	1215	38,231	41,265	184,132
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Банан)	120	0,480	0,480	11,760	53
№29/2015г,Дели	Яицо отварное	1 шт	6,155	5,918	0,28	79
№303/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом	150/5	6,886	8,956	37,807	259
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		548	15,231	15,654	82,117	529

ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 59/2015 г Дели	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,594	0,084	5,272	24
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	200	1,950	2,950	9,120	71
№260/2015г,Дели	ГУЛЯШ (без томатной пасты, пшенич.муки)	50/50	15,194	17,678	10,845	263
№136/2015г,Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	150	5,105	5,800	36,5	219
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200/15/7	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
	Итого:	892	25,683	28,97	112,057	810
	Всего:	1440	40,914	44,63	194,174	1339

4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6,771	7,859	1,551	104
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5	6,703	8,788	33,069	238
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,273	0,057	15,230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	602	15,727	17,434	78,860	535

ОБЕД						
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,931	3,051	9,105	68
№102/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/ 10	3,403	3,237	21,625	129
№289/2015г,Дели	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты, пшенич.муки)	150/50г	17,310	16,546	40,984	382
№ 704 2004 г	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
	Итого:	725	23,774	24,844	95,534	699
	Всего:	1327	39,501	42,278	174,394	1234

5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Мандарин)	100	0,480	0,480	5,860	53
№14/2015г Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7,30	7,55	0,8	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ с маслом	150/5	6,008	7,453	43,484	265
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/ 15	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	505	15,608	15,873	87,834	576

ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Яблоко зеленое)	120	0,480	0,480	26,74	113
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,931	3,051	9,105	68
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	200	1,950	2,950	9,120	71
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.хлеба)	90	11,045	11,953	1,590	158
Сб.,М.:Дели плюс,2015,рец.№199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ	150	7,595	5,224	34,797	216
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
	Итого:	860	24,131	25,668	105,172	746
	Всего:	1365	39,739	41,541	193,006	1322

6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№29/2015г,Дели	Яйцо отварное	1 шт	6,155	5,918	0,28	79

№305, Сбор. рец 2004 г	КАША МОЛОЧНАЯ "ЯНТАРНАЯ" с МАСЛОМ	150/5	6,860	10,277	31,596	255
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		563	15,205	16,975	75,906	525
ОБЕД						
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,931	3,051	9,105	68
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 /10	4,270	4,462	20,083	137
№ 268/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	90г	14,831	14,359	6,624	214
№139/2015г,Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты, пшенич.муки)	150	3,570	3,814	26,500	148
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		750	25,647	27,696	95,989	726
	Всего:	1313	40,852	44,671	171,895	1251
2 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Банан)	120	0,480	0,480	11,760	53
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6,771	7,859	1,551	104
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ с маслом	150/5	6,703	8,788	33,069	238
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,273	0,057	15,230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		602	15,727	17,434	78,860	535
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Апельсин)	120	0,48	0,48	11,76	53
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,931	3,051	9,105	68
№ 111 сб.рецептур 2004 г.	БОРЩ СИБИРСКИЙ 250 г (без лимон.к-ты) картоф.очищ.	200	2,184	1,880	24,707	125
№ 281/2015г,Дели	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (без хлеба)	90	15,083	11,991	7,565	198
№304/2015г,Дели	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	150/5	3,874	6,059	30,054	190
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ УРЮКА	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		880	24,682	25,471	107,011	754
	Всего:	1482	40,409	42,905	185,871	1289
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (мандарин)	100	0,480	0,480	5,860	53
№14/2015г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (Порциями)	10	7,30	7,55	0,8	100
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ с маслом	150/5	6,008	7,453	43,484	265
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/ 15	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	25	1,2	1,23	6	37
Итого:		505	15,308	16,853	76,584	539
ОБЕД						
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,455	0,653	5,016	29
№99/2015г,Дели	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 10	2,970	3,763	20,083	126
№288/2015г,Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	14,397	14,554	6,580	214
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,630	4,046	29,400	169
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	40	2,400	0,4	27,6	123,2
Итого:		750	24,062	23,466	103,70	722
	Всего:	1255	39,370	40,319	180,28	1261
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						

№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Яблоко зеленое)	120	0,480	0,480	11,760	56
№29/2015г,Дели	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	1 шт	6,155	5,918	0,28	79
Сб.,М.;ДеЛи плюс,2015,рец.,№173	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСОВОЙ КРУПЫ с маслом	150/5	6,886	8,956	37,807	259
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200 /15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		563	15,23	15,654	82,117	532
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Груша)	120	0,480	0,480	11,760	56
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,931	3,051	9,105	68
№98/2015г,Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200г	1,885	1,120	10,320	59
№ 371 Сбор.2004г	ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ	90	15,364	12,744	0,295	177
№312/2015г,Дели	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	150/5	3,322	8,182	42,067	255
№348/2015г,Дели	КОМПЮТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59,2
Итого:		865	24,112	27,587	97,367	735
	Всего:	1428	39,343	43,241	179,484	1267
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	56
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	6,771	7,859	1,551	175
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ с маслом	150/5	6,703	8,788	33,069	238
№376/2015г,Дели	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,273	0,057	15,230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		602	15,727	17,434	78,860	609
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(банан)	120	0,480	0,480	11,760	56
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	0,931	3,051	9,105	68
№102/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ,МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 /10	3,403	3,237	21,625	129
№291/2015г,Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты)	50/150	16,838	18,750	32,639	369
№ 704 2004 г	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59,2
Итого:		845	23,782	27,528	98,949	742
	Всего:	1447	39,509	44,962	177,809	1351
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (мандарин)	100	0,480	0,480	5,860	53
№14/2015г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (Порциями)	10	7,30	7,55	0,8	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ с маслом	150/5	6,008	7,453	43,484	265
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200 /15	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		505	15,608	15,873	87,834	576
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Яблоко красное)	120	0,480	0,480	6,760	52
№ 62/ Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	60	0,931	3,051	9,051	68
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	200	1,950	2,950	9,120	71
№288/2015г,Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	14,397	14,554	6,580	214
№302/2015г,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,622	5,399	40,875	239
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПЮТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,440	0,020	31,760	137
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		845	26,320	26,704	121,396	858
	Всего:	1350	41,928	42,577	209,230	1434
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	56
№29/2015г,Дели	Яйцо отварное	1 шт	6,155	5,918	0,28	69

№ 305, Сбор. рец 2004 г	КАША МОЛОЧНАЯ "ЯНТАРНАЯ" с МАСЛОМ	150/5	6,860	10,277	31,596	255
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		668	15,205	16,975	75,906	518
ОБЕД						
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,931	3,051	9,105	68
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 /10	4,270	4,462	20,083	137
№ 268/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	90г	14,831	11,359	6,624	188
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ	150	3,630	4,046	29,400	169
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59,2
Итого:		755	25,707	24,928	98,889	721
	Всего:	1423	40,912	41,903	174,795	1239

Примерное 2-х недельное меню для учащихся 12 лет и старше, больных сахарным диабетом

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7,300	7,550	0,080	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/ 5	8,937	10,150	68,110	399
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0,100	0,250	0,020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	565	18,317	18,730	93,470	614
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (яблоко зеленое)	120	0,480	0,480	11,760	53
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	100	1,551	5,085	15,175	113
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	4,900	5,206	25,045	166
№266/2015г,Дели	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ	100г	15,283	14,827	9,865	234
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ (без томатной пасты)	180	3,360	4,850	20,168	138
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
	Итого:	1000	28,284	30,998	119,533	870
	Всего	1565	46,601	49,728	213,003	1484
2 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ 10 г	10	6,330	6,266	0,4	83
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/5	9,437	11,717	44,092	320
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	565	18,067	18,903	90,192	602
ОБЕД						
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	0,758	1,088	8,360	46
№99/2015г,Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	3,275	4,332	25,045	152
№291/2015г,Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/180	20,200	22,195	39,166	441
№348/2015г,Дели	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
	Итого:	840	27,173	28,135	124,831	865
	Всего	1405	45,240	47,038	215,023	1467
3 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Банан)	120	0,480	0,480	11,760	53
№3/2015г,Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	25/10/10	6,940	8,160	11,330	147
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8,895	9,061	38,033	269
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	600	18,025	18,051	89,643	592
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53

№ 49 Сбор. рецеп. 2004 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	0,990	0,140	8,780	40
№98/2015г.Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250г	2,356	2,485	12,900	83
№250/2015г.Дели	БЕФСТРОГАНОВ	50/50	15,790	18,175	5,620	249
№136/2015г.Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	180	6,42	6,240	38,8	237
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
	Итого:	1000	28,976	28,040	130,120	888
	Всего	1600	47,001	46,091	219,763	1480
4 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7,300	7,550	0,080	97
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/ 5	8,937	10,150	68,110	399
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0,100	0,250	0,020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	565	18,317	18,73	93,470	614
ОБЕД						
№45/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	100	1,551	4,085	15,175	113
№96/2015г.Дели	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель очищ.)	250	2,856	2,981	21,156	123
№288/2015г.Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15,990	16,170	7,320	238
№139/2015г.Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	2,142	2,288	14,400	86
№ 216 Сбор.2004	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ	90	1,950	1,830	14,680	83
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
	Итого:	890	27,114	27,904	120,108	848
	Всего:	1455	45,431	46,634	213,578	1462
5 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 42 /1983 г № 15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6,330	6,266	0,4	83
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/5	9,437	11,717	44,092	320
№377/2015г.Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	565	18,067	18,903	90,192	602
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Яблоко зеленое)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,430	5,050	15,170	112
№88/2015г.Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,430	3,680	10,400	84
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (паровые, без пшенич.муки, хлеба, сухарей)	100	12,270	12,280	1,760	167
№302/2015г.Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,940	6,470	48,050	282
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
	Итого:	1005	27,260	28,510	124,660	864
	Всего	1570	45,327	47,413	214,852	1466
6 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53

№3/2015г.Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб сельский)	25/10/10	6,940	8,160	11,330	147
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8,895	9,061	38,033	269
№378/2015г.Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
Итого:		615	18,025	18,051	89,643	592
ОБЕД						
№47/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1,550	5,080	15,175	113
№99/2015г.Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	3,275	4,332	25,045	152
№ 268/2015г.Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	100г	16,478	14,950	7,340	225
№ 510/2015г.Дели	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180/5	3,700	3,340	26,020	149
№348/2015г.Дели	КОМПОТИЗ УРЮКА	200	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
Итого:		890	27,943	28,222	125,840	865
Всего		1505	45,968	46,273	215,483	1457
2 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Банан)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7,300	7,550	0,080	97
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/ 5	8,937	10,150	68,110	399
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0,100	0,250	0,020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
Итого:		565	18,317	18,730	93,470	614
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№45/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	100	1,551	5,085	15,175	113
№96/2015г.Дели	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель очищ.)	250	2,856	2,981	21,156	123
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (паровые, без пшенич.муки, хлеба, сухарей)	100	12,270	12,280	1,760	167
№136/2015г.Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	180	6,42	6,240	38,8	237
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
Итого:		1000	26,287	27,616	126,17	859
Всего		1565	44,604	46,346	219,64	1473
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6,330	6,266	0,4	83
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/5	9,437	11,717	44,092	320
№377/2015г.Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0,320	0,140	24,440	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
Итого:		565	18,067	18,903	94,192	618
ОБЕД						
№52/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	0,758	1,088	8,360	46
№97/2015г.Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250/ 10	4,900	5,206	25,048	166
№294/2015г.Дели	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (без хлеба, сухарей)	100	13,500	17,155	9,855	248
№302/2015г.Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,940	6,470	48,050	282

№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0,125	0,050	17,877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
	Итого:	890	29,723	30,469	131,690	947
	Всего:	1455	47,790	49,372	225,882	1565
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Яблоко)	120	0,480	0,480	11,760	53
№3/2015г.Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб ржаной)	25/10/10	6,940	8,160	11,330	147
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8,895	9,061	38,033	269
№378/2015г.Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0,440	0,020	19,060	78
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	600	18,255	18,021	93,683	609
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	26,740	113
№ 49 Сбор. рецеп. 2004 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (без сахара)	100	0,990	0,140	8,780	40
№98/2015г.Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПКОЙ	250г	2,356	2,485	12,900	83
№ 371 Сбор.2004г	ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ)	100	17,070	18,650	2,027	244
№139/2015г.Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	2,142	2,288	14,400	86
№ 216 Сбор.2004	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	90	1,950	1,830	14,680	83
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
	Итого:	1000	27,698	26,423	117,047	815
	Всего:	1600	45,953	44,444	210,730	1424
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7,300	7,550	0,080	97
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/ 5	8,937	10,150	68,110	400
№376/2015г.Дели	ЧАЙ без сахара	200	0,100	0,250	0,020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	565	18,317	18,730	93,470	615
ОБЕД						
№45/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	100	1,551	4,085	15,175	103
№99/2015г.Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	3,275	4,332	25,045	152
Рец.№265 Сбор.2015г Дели	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/180	22,105	20,640	24,110	399
№348/2015г.Дели	КОМПОТ ИЗ УРЮКА	200	0,440	0,020	31,760	129
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,200	0,500	22,500	105
	Итого:	800	29,6	29,577	118,590	888
	Всего:	1365	47,9	48,307	212,060	1503
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6,330	6,266	0,4	83
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/5	9,437	11,717	44,092	320
№377/2015г.Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	565	18,067	18,903	90,192	602
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Яблоко красное)	120	0,480	0,480	11,760	53

№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (без сахара)	100	1,430	5,050	15,170	112
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,430	3,680	10,400	84
№288/2015г,Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15,990	16,170	7,320	238
№ 510/2015г,Дели	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180/5	3,700	3,340	26,020	149
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	105
	Итого:	1005	26,740	29,270	108,190	802
	Всего:	1570	44,807	48,173	198,382	1404
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№3/2015г,Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб ржаной)	25/10/10	6,940	8,160	11,330	147
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8,895	9,061	38,033	269
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0,440	0,020	19,060	78
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,500	0,300	13,500	62
	Итого:	600	18,255	18,021	93,683	609
ОБЕД						
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (без сахара)	100	1,550	5,080	15,175	113
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	4,900	5,206	25,045	166
№ 268/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	100г	16,478	14,950	7,340	225
№136/2015г,Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	180	6,42	6,240	38,8	237
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,500	0,500	22,500	84
	Итого:	895	31,973	32,026	133,737	925
	Всего:	1495	50,228	50,047	227,420	1534

Примерное 2-х недельное меню для учащихся 12 лет и старше, больных целиакией

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,610	8,840	5,744	133
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250/5	9,437	11,717	44,092	320
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,273	0,057	15,230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		582	18,820	20,864	82,316	593
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Яблоко)	120	0,480	0,480	11,760	53
№47/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1,551	5,080	15,175	113
№ 111 сб.рецептур 2004 г.	БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты)	250	3,730	2,350	31,480	162
№266/2015г.Дели	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ	100г	15,283	14,827	9,865	234
№302/2015г.Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,940	6,470	53,050	302
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ 40 г	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		990	31,114	31,217	140,700	984
	ВСЕГО	1572	49,934	52,081	223,016	1577
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Мандарин)	90	0,480	0,480	4,760	56
№14/2015г Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7,30	7,55	0,8	100
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом)	250/ 5	8,585	9,537	56,178	345
№377/2015г.Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/ 15	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		595	18,185	17,96	99,428	662
ОБЕД						
№52/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	100	0,758	1,088	8,360	46
№99/2015г.Дели	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250 /10	3,275	4,332	25,045	152
№291/2015г.Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты)	50/180	20,200	22,195	39,166	442
№348/2015г.Дели	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		830	26,593	29,595	111,131	820
	ВСЕГО	1425	44,778	47,552	210,559	1482
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Банан)	120	0,480	0,480	11,760	53
№29/2015г.Дели	Яйцо отварное	1 шт	6,255	5,918	0,28	79
№303/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом	200/5	9,181	11,940	50,409	346
№378/2015г.Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		598	17,626	18,638	94,719	616
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 59/2015 г Дели	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	0,990	0,140	8,780	40
№88/2015г.Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	250	2,430	3,680	10,400	88
№260/2015г.Дели	ГУЛЯШ (без томатной пасты, пшенич.муки)	50/50	15,194	17,678	10,845	263

№136/2015г,Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	180	6,42	6,140	38,8	236
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200/15/7	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		1012	27,874	30,098	119,145	860
	ВСЕГО	1610	45,500	48,736	213,864	1476
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,610	8,840	5,744	133
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250/5	9,437	11,717	44,092	320
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,273	0,057	15,230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		582	18,820	20,864	82,316	593
ОБЕД						
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,551	4,085	15,175	104
№102/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	3,816	3,475	26,965	156
№289/2015г,Дели	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты, пшенич.муки)	180/50г	20,772	19,855	49,180	459
№ 704 2004 г	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		835	28,269	29,425	115,140	839
	ВСЕГО	1417	47,089	50,289	197,456	1432
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Апельсин)	90	0,480	0,480	4,760	56
№14/2015г ,Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7,30	7,55	0,8	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом)	250/ 5	8,585	9,537	56,178	345
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		580	18,185	17,957	99,428	659
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (яблоко зеленое)	120	0,480	0,480	26,74	113
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,430	3,051	9,105	68
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	250	2,430	3,680	10,400	84
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.хлеба)	100	12,270	12,280	1,760	172
Сб.,М:ДеЛи плюс,2015,рец.№199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ	180	9,114	6,260	42,956	265
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
Итого:		990	27,854	27,761	114,781	822
	ВСЕГО	1370	46,039	45,718	214,209	1481
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г /Дели	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№29/2015г,Дели	Яицо отварное	1 шт	6,255	5,918	0,28	79
№ 305, Сбор. рец 2004 г	КАША МОЛОЧНАЯ "ЯНТАРНАЯ" с МАСЛОМ	200/5	9,146	13,700	42,128	328
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
Итого:		613	17,591	20,398	86,438	598
ОБЕД						
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1,551	4,080	15,175	104
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	4,900	5,000	25,045	166
№ 268/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	100г	16,478	14,950	7,340	230

№139/2015г.Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты, пшенич.муки)	180	4,300	4,570	28,900	172
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛОКВЫ	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
	Итого:	850	29,274	30,610	110,137	831
	ВСЕГО	1463	46,865	51,008	196,575	1429
2 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,610	8,840	5,744	133
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250/5	9,437	11,717	44,092	317
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,273	0,057	15,230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	582	18,820	20,864	82,316	590
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Банан)	120	0,48	0,48	11,76	53
№45/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,551	4,085	15,175	104
№ 111 сб.рецептур 2004 г.	БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты)	250	3,730	2,350	31,480	162
№ 281/2015г.Дели	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (без хлеба)	100	16,750	13,300	8,400	220
№304/2015г.Дели	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	180/5	4,640	5,270	36,060	210
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ УРЮКА	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59
	Итого:	1010	29,281	27,495	126,695	869
	ВСЕГО	1592	48,101	48,359	209,011	1459
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Мандарин)	90	0,480	0,480	4,760	56
№14/2015г Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7,30	7,55	0,8	97
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом)	250/ 5	8,585	9,537	56,178	345
№377/2015г.Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	580	18,185	17,957	99,428	659
ОБЕД						
№52/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	100	0,758	1,088	8,360	46
№99/2015г.Дели	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250 /10	3,275	4,332	25,045	152
№288/2015г.Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15,990	16,170	7,320	238
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4,360	4,850	35,300	203
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,920	1,96	8,8	59
	Итого:	880	26,513	28,450	109,85	802
	ВСЕГО	1460	44,698	46,407	209,278	1461
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№29/2015г.Дели	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	1 шт	6,255	5,918	0,28	79
№303/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом	200/5	9,181	11,940	50,409	346
№378/2015г.Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	598	17,626	18,638	94,719	616
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Яблоко красное)	120	0,480	0,480	11,760	56
№47/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1,551	4,080	15,175	104
№98/2015г.Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250г	2,356	1,400	12,900	74
№ 371 Сбор.2004г	ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ	100	17,070	18,650	2,020	244
№312/2015г.Дели	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	180/5	3,864	4,460	50,480	258

№348/2015г.Дели	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59,2
	Итого:	995	27,451	31,080	116,155	856
	ВСЕГО	1593	45,077	49,718	210,874	1472
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7,610	8,840	5,744	133
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250/5	9,437	11,717	44,092	320
№376/2015г.Дели	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0,273	0,057	15,230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	582	18,820	20,864	82,316	593
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№45/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1,551	4,085	15,175	104
№102/2015г.Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	3,816	3,475	26,965	156
№291/2015г.Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты)	50/180	20,200	22,195	39,166	437
№ 704 2004 г	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59,2
	Итого:	955	28,177	32,245	116,886	870
	ВСЕГО	1537	46,997	53,109	199,202	1463
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Мандарин)	90	0,480	0,480	4,760	56
№14/2015г.Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7,30	7,55	0,8	97
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом)	250/ 5	8,585	9,537	56,178	345
№377/2015г.Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	580	18,185	17,957	99,428	659
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Банан)	120	0,480	0,480	11,760	56
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1,430	3,051	9,105	68
№88/2015г.Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	250	2,430	3,680	10,400	88
№288/2015г.Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15,990	16,170	7,320	238
№302/2015г.Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7,940	6,470	53,050	302
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,440	0,020	31,760	129
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	975	30,210	30,121	140,645	958
	ВСЕГО	1555	48,395	48,078	240,073	1617
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г.Дели	ФРУКТ (Апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№29/2015г.Дели	Яйцо отварное	1 шт	6,255	5,918	0,28	79
№303/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом	200/5	9,181	11,940	50,409	346
№378/2015г.Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1,5	0,25	17,25	77
	Итого:	598	17,626	18,638	94,719	616
ОБЕД						
№47/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1,551	4,080	15,175	104
№97/2015г.Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250/10	4,900	5,000	25,045	166
№ 268/2015г.Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	100г	16,478	14,950	7,340	230
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4,360	4,850	35,300	203
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1,92	1,96	8,8	59,2
	Итого:	885	29,334	30,890	116,537	862
	Всего	1483	46,960	49,528	211,256	1478

Примерное 2-х недельное меню для учащихся 7-11 лет, больных сахарным диабетом

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7,300	7,550	0,080	97
№173/2015г.Дели	КАША вязкая молочная из гречневой крупы с маслом (без сахара)	150 /5	5,983	7,613	52,586	302
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0,100	0,250	0,020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
	Итого:	510	15,11	16,143	75,696	507
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (яблоко зеленое)	120	0,480	0,480	11,760	53
№45/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	60	0,931	3,051	9,105	68
№102/2015г.Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ , МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 /10	3,403	3,237	21,625	129
№266/2015г.Дели	БИФШТЕКС РУБЛЕННЫЙ	90г	13,755	13,345	8,879	211
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ (без томатной пасты)	150	2,803	4,046	16,807	115
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
	Итого:	860	23,582	24,609	101,196	690
	Всего:	1370	38,695	40,752	176,892	1197
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
15/2015г.Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ 10 г	10	6,330	6,266	0,4	83
№173/2015г.Дели	КАША вязкая молочная из пшеничной крупы с маслом (без сахара)	150/5	6,703	8,788	33,069	238
№377/2015г.Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
	Итого:	510	15,083	15,924	76,919	510
ОБЕД						
№52/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	60	0,455	0,653	5,016	28
№99/2015г.Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 /10	2,970	3,763	20,848	126
№291/2015г.Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/150	16,838	18,996	32,639	369
№348/2015г.Дели	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
	Итого:	710	22,703	23,832	106,263	728
	Всего:	1220	37,786	39,756	183,182	1238
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Банан)	120	0,480	0,480	11,760	53
№3/2015г.Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	25/10/10	6,940	8,160	11,330	147
№173/2015г.Дели	КАША вязкая молочная из геркулесовой крупы с маслом	150/5	6,349	6,796	28,525	201
№378/2015г.Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0,440	0,020	19,060	78
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
	Итого:	545	15,459	15,706	81,925	531
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 49 Сбор. рецеп. 2004 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	60	0,594	0,084	5,272	24
№95/2015г.Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200г	1,800	4,288	11,944	94
№250/2015г.Дели	БЕФСТРОГАНОВ	50/50	15,790	18,175	5,620	249
№136/2015г.Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	150	5,105	4,800	36,5	209
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
	Итого:	870	26,209	28,247	118,856	834
	Всего:	1415	41,668	43,953	200,781	1365

4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7,300	7,550	0,080	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	150 /5	5,953	7,613	52,586	302
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0,100	0,250	0,020	35
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
Итого:		510	15,083	16,14	75,696	539
ОБЕД						
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	60	0,931	3,051	9,105	68
№96/2015г,Дели	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель очищ.)	200	2,285	2,385	16,925	98
№288/2015г,Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	14,397	14,554	6,580	214
№139/2015г,Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	75	1,785	1,907	12,040	72
№ 216 Сбор.2004	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ	75	1,627	1,530	12,235	69
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
Итого:		750	23,150	23,877	99,762	705
Всего:		1260	38,233	40,020	175,458	1244
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 42 /1983 г № 15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6,330	6,266	0,4	83
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	150/5	6,703	8,788	33,069	238
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0,320	0,140	20,440	84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
Итого:		510	15,083	15,924	76,919	510
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (ЯБЛОКО зеленое)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (без сахара)	60	0,863	3,051	9,105	68
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,950	2,950	9,120	71
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (паровые, без пшенич.муки, хлеба, сухарей)	90	11,045	11,953	1,590	158
№302/2015г,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,622	5,399	40,875	239
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
Итого:		865	23,170	24,283	105,470	733
Всего:		1375	38,253	40,207	182,389	1243
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№3/2015г,Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб сельский)	25/10/10	6,940	8,160	11,330	147
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	150/5	6,349	6,796	28,525	201
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200/15	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
Итого:		560	15,229	15,736	77,885	514
ОБЕД						
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (без сахара)	60	0,931	3,051	9,105	68
№99/2015г,Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 /10	2,970	3,763	20,848	126
№ 268/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	90г	14,831	14,359	6,624	214
№ 510/2015г,Дели	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5	3,086	2,787	21,691	124
№348/2015г,Дели	КОМПОТ ИЗ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД СУШЕНЫХ	200	0,440	0,020	29,760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
Итого:		755	24,258	24,380	106,028	737
Всего:		1315	39,487	40,116	183,913	1251
2 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Банан)	120	0,480	0,480	11,760	53

№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7,300	7,550	0,080	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	150 /5	5,983	7,613	52,586	302
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0,100	0,250	0,020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
Итого:		510	15,113	16,14	75,696	507
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ(капуста,морковь,без сахара,м/раст)	60	0,931	3,051	9,105	68
№96/2015г,Дели	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,285	2,385	16,925	98
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (паровые, без пшенич.муки, хлеба, сухарей)	90	11,045	11,953	1,590	158
№136/2015г,Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	150	5,105	4,800	36,5	209
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
Итого:		860	22,056	23,119	108,90	731
Всего:		1370	37,169	39,262	184,596	1238
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6,330	6,266	0,4	83
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	150/5	6,703	8,788	33,069	238
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0,320	0,140	24,440	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
Итого:		510	15,083	15,924	80,919	526
ОБЕД						
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	60	0,455	0,653	5,016	27
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	200 /10	4,270	4,620	20,083	137
№294/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (без хлеба, сухарей)	90	12,152	15,440	6,530	213
№302/2015г,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	6,622	5,399	40,875	239
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
Итого:		750	25,624	26,562	115,381	800
Всего:		1260	40,707	42,486	196,300	1326
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Яблоко зеленое)	120	0,480	0,480	11,760	53
№3/2015г,Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб ржаной)	25/10/10	6,940	8,160	11,330	147
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	150/5	6,349	6,796	28,525	201
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0,440	0,020	19,060	78
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
Итого:		545	15,459	15,706	81,925	531
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	26,740	113
№ 49 Сбор.2004г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (без сахара)	60	0,594	0,084	5,272	24
№98/2015г,Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	200г	1,885	1,908	10,320	66
№ 371 Сбор.2004г	ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ)	90	15,364	16,157	0,295	208
№139/2015г,Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	75	1,785	1,907	12,040	72
№ 216 Сбор.2004	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	75	1,627	1,530	12,235	69
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0,210	0,050	15,020	61

	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
	Итого:	860	23,945	22,516	99,922	697
	Всего:	1405	39,404	38,222	181,847	1228
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(апельсин)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7,300	7,550	0,080	97
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	150/5	5,953	7,613	42,781	263
№376/2015г.Дели	ЧАЙ без сахара	200	0,100	0,250	0,020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
	Итого:	510	15,083	16,143	65,891	468
ОБЕД						
№45/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	60	0,931	3,051	9,105	68
№99/2015г.Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 /10	2,970	3,763	20,848	126
Рец.№265 Сбор.2015г Дели	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/150	18,755	19,670	20,095	332
№348/2015г.Дели	КОМПОТ ИЗ УЮКА	200	0,440	0,020	31,760	129
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
	Итого:	710	25,096	26,904	99,808	739
	Всего:	1220	40,179	43,047	165,699	1207
5 ДЕНЬ						
ЗАТВРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(мандарин)	120	0,480	0,480	11,760	53
15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6,330	6,266	0,4	83
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	150/5	6,703	8,788	33,069	238
№377/2015г.Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0,320	0,140	24,440	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
	Итого:	510	15,083	15,924	80,919	526
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (яблоко красное)	120	0,480	0,480	11,760	53
№ 62/ Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (без сахара)	60	0,863	3,051	9,105	68
№88/2015г.Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/5	1,950	2,950	9,120	71
№288/2015г.Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	90	14,397	14,554	6,580	214
№ 510/2015г.Дели	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	150/5	3,086	2,787	21,691	124
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,210	0,050	15,020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
	Итого:	865	22,986	24,272	95,600	745
	Всего:	1375	38,069	40,196	176,519	1271
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Груша)	120	0,480	0,480	11,760	53
№3/2015г.Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб ржаной)	25/10/10	6,940	8,160	11,330	147
№173/2015г.Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	150/5	6,349	6,796	28,525	201
№378/2015г.Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0,440	0,020	19,060	78
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,250	0,250	11,250	52
	Итого:	545	15,459	15,706	81,925	531
ОБЕД						
№47/2015г.Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (без сахара)	60	0,931	3,051	9,105	68
№102/2015г.Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ , МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200 /10	3,403	3,237	21,625	129
№ 268/2015г.Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	90г	14,831	14,359	6,624	214
№136/2015г.Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	150	5,105	4,800	36,5	209
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0,125	0,050	24,877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,000	0,400	18,000	84
	Итого:	755	26,395	25,897	116,731	804
	Всего:	1300	41,854	41,603	198,656	1335