

Меню для 21-дневной смены, 12 лет и старше (Целиакия)

Возрастная категория:от 12 до 18 лет

Характеристика питающихся:Дети с целиакией

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Неделя 1 Понедельник					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.5	4.4	0	53.7
54-7к	Каша вязкая молочная пшениная с изюмом	250	10.2	12.1	51.9	357.3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
Пром.	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8
	Итого за Завтрак	625	17	19.1	92.6	610.6
	Второй завтрак					
Пром.	Сок персиковый	200	0.6	0	33	134.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	33	134.4
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке	100	1.3	0.1	4.9	25.7
54-15с - для детей с целиакией	Рассольник ленинградский с рисом	300	1.8	2.5	14.4	87.6
54-19г - для детей с целиакией	Капуста белокочанная тушеная	250	4.9	44.2	13.5	471.6
54-19м	Печень тертая	80	11.4	18.1	4.8	227.4
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0.1	15.6	66.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	990	22.6	67.3	79.2	1013.1
	Полдник					
54-8в - для детей с целиакией	Булочка маковая	120	12.1	7	43.1	283.6
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	Итого за Полдник	320	17.9	12	51.5	385.4
	Ужин					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-21г	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
54-20м	Говядина отварная	80	22.7	18.3	0.4	257
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	40.9	24	70.7	662.9
	Второй ужин					
Пром.	Кефир 2.5%	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за день	2945	104.8	127.4	335	2906.6
	Неделя 1 Вторник					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	60	1.7	0.1	3.5	22.1
54-1о	Омлет натуральный	200	16.9	24	4.3	300.6

54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0.2	0.1	6.8	28.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
Пром.	Банан	130	2	0.7	27.3	122.9
	Итого за Завтрак	650	23	27.2	67.9	608.4
	Второй завтрак					
Пром.	Груша	150	0.6	0.5	15.5	68.3
Пром.	Сок сливовый	200	0.6	0.2	30.4	125.8
	Итого за Второй завтрак	350	1.2	0.7	45.9	194.1
	Обед					
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0.9	10.2	7.1	123.8
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350	8.3	9.9	17.7	193.2
54-6г	Рис отварной	250	6	8	60.7	339.2
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	11.1	5.9	5	117.8
54-21хн	Кисель из брусники	200	0.1	0.1	14.8	60.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1040	28.6	36.4	131.3	968.6
	Полдник					
54-6в	Кекс рисовый с грушей	120	2.2	9.7	42.2	265.2
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
Пром.	Ацидофилин 3.2%	200	5.4	6.4	7.6	109.6
	Итого за Полдник	390	8.2	16.2	55.1	399.3
	Ужин					
54-18з	Салат из свеклы с черносливом	100	1.4	5.4	12.9	106.2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311.6
54-3м	Голубцы ленивые	100	8.4	7.7	6.4	128.3
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0.3	0.1	7.2	30.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	660	23.3	24	100.4	710.9
	Второй ужин					
Пром.	Снежок 2.5%	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за Второй ужин	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за день	3290	89.7	109.5	422.2	3034.3
	Неделя 1 Среда					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0.2	14.5	0.3	132.2
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	250	8.9	7.2	33.4	234.2
54-13гн	Чай с облепихой и медом	200	0.4	0.6	8	39.1
Пром.	Яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	680	12.3	25.2	82.4	606
	Второй завтрак					
Пром.	Сок черешневый	200	0.6	0	35	142.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	35	142.4
	Обед					
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1.2	8.9	6.7	111.9
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	300	13	9.1	20.9	217.3

54-18г - для детей с целиакией	Макароны безглютеновые отварные	200	4.7	6.8	45.7	262.7
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	80	11.6	11.7	6.5	177.5
54-6соус – для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-14хн	Компот из смородины с медом	200	0.4	0.1	9.3	39.6
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	960	33.6	40.9	116.7	969.2
	Полдник					
54-7в - для детей с целиакией	Кекс с куриным филе	120	15	6.2	8.8	151.1
Пром.	Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
	Итого за Полдник	320	20.8	11.2	18.4	257.7
	Ужин					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
54-13г	Фасоль отварная	200	19.3	1.7	41.8	259.9
54-30м	Кнели из говядины с рисом	80	11.9	12.8	5.3	184.5
54-6соус – для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0.3	0.1	1.7	9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	660	35.3	19.1	80.2	635
	Второй ужин					
Пром.	Варенец 2.5%	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за день	3020	108.4	101.4	340.9	2711.3
	Неделя 1 Четверг					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-7т - для детей с целиакией	Творожно-пшениная запеканка	200	15	7	17.7	194.2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	Итого за Завтрак	590	28.6	22	74.3	609.2
	Второй завтрак					
Пром.	Сок виноградный	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Обед					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	100	2.5	10.1	10.4	143
54-8с	Суп гороховый	350	11.7	8	28.5	233
54-15г	Капуста цветная отварная	200	5.1	5.8	8.3	105.9
54-21м	Курица отварная	100	32.1	2.4	1.1	154.8
54-6соус – для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	50	1.3	5	3.9	65.6
54-3хн	Компот из чернослива	200	0.5	0.2	19.4	81.3
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1060	55.4	33.8	97.6	917.5
	Полдник					

Пром.	Бифидок 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
Пром.	Банан	300	4.5	1.5	63	283.5
	Итого за Полдник	500	11.3	6.5	74	399.7
	Ужин					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25.1	23.4	21.5	397.4
54-12гн	Чай с лимоном и медом	200	0.3	0.1	7.6	32
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	28.4	25.9	57.6	577.4
	Второй ужин					
Пром.	Кефир 2.5%	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за день	3160	130.1	93.6	344.1	2740.4
	Неделя 1 Пятница					
	Завтрак					
54-8к	Каша вязкая молочная пшенная с курагой	250	10.5	12.1	50.3	352
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0.3	0.1	7.2	30.9
Пром.	Яблоко	130	0.5	0.5	12.7	57.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	640	13.5	15	96.2	574.5
	Второй завтрак					
Пром.	Груша	150	0.6	0.5	15.5	68.3
Пром.	Сок сливовый	200	0.6	0.2	30.4	125.8
	Итого за Второй завтрак	350	1.2	0.7	45.9	194.1
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке	100	1.3	0.1	4.9	25.7
54-13с - для детей с целиакией	Щи из свежей капусты вегетарианские	350	2.3	5.5	10.3	99.9
54-6г	Рис отварной	250	6	8	60.7	339.2
54-10р	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	140	22.8	15.8	8.8	268.7
54-21хн	Кисель из брусники	200	0.1	0.1	14.8	60.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1100	34.7	31.8	125.5	928.1
	Полдник					
54-6в	Кекс рисовый с грушей	120	2.2	9.7	42.2	265.2
Пром.	Апельсин	140	1.3	0.3	11.3	52.9
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	Итого за Полдник	460	9.3	15	61.9	419.9
	Ужин					
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0.9	10.2	7.1	123.8
54-19г - для детей с целиакией	Капуста белокочанная тушеная	200	3.9	35.4	10.8	377.2
54-20м	Говядина отварная	80	22.7	18.3	0.4	257
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1.1	1.2	13	66.9
	Итого за Ужин	610	28.8	65.2	37.9	852.8
	Второй ужин					
Пром.	Ацидофилин 3.2%	200	5.4	6.4	7.6	109.6

	Итого за Второй ужин	200	5.4	6.4	7.6	109.6
	Итого за день	3360	92.9	134.1	375	3079
	Неделя 1 Суббота					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	60	1.7	0.1	3.5	22.1
54-4о	Омлет с сыром	200	25.4	33.8	4	421.3
54-11гн	Чай с медом	200	0.3	0	7.4	30.9
Пром.	Банан	120	1.8	0.6	25.2	113.4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1.1	1.2	13	66.9
	Итого за Завтрак	610	30.3	35.7	53.1	654.6
	Второй завтрак					
Пром.	Сок черешневый	200	0.6	0	35	142.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	35	142.4
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	100	1.6	0.3	21.5	94.6
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350	8.3	9.9	17.7	193.2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311.6
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	80	11.6	11.7	6.5	177.5
54-6соус – для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	30	0.8	3	2.3	39.4
54-6хн	Компот из вишни	200	0.3	0.1	10.2	42.8
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1020	35.8	35.8	132.1	993
	Полдник					
Пром.	Зефир	100	0.8	0.1	79.8	323.3
Пром.	Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
	Итого за Полдник	300	6.6	5.1	89.4	429.9
	Ужин					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
54-11м	Плов из отварной говядины	250	19.1	18.4	48.2	435.3
54-5гн	Чай с облепихой и сахаром	200	0.3	0.6	7	35
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	22.7	21.5	85	625.6
	Второй ужин					
Пром.	Снежок 2.5%	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за Второй ужин	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за день	2940	101.4	103.1	416.2	2998.5
	Неделя 1 Воскресенье					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0.2	14.5	0.3	132.2
54-7т – для детей с целиакией	Творожно-пшениная запеканка	200	15	7	17.7	194.2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	Итого за Завтрак	580	21.8	27.6	74.6	633.9
	Второй завтрак					

Пром.	Сок виноградный	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-16с	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	350	12.9	9.5	16.7	204.5
54-13г	Фасоль отварная	200	19.3	1.7	41.8	259.9
54-21м	Курица отварная	100	32.1	2.4	1.1	154.8
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	30	0.8	3	2.3	39.4
54-24хн	Кисель из облепихи	200	0.3	1.1	11.9	58.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1040	68.4	20.1	102.3	865.5
	Полдник					
54-7в - для детей с целиакией	Кекс с куриным филе	120	15	6.2	8.8	151.1
Пром.	Бифидок 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
	Итого за Полдник	320	21.8	11.2	19.8	267.3
	Ужин					
54-21з	Кукуруза сахарная	60	1.2	0.2	6.1	31.3
54-11г	Картофельное пюре	200	4.1	7.1	26.4	185.8
54-30м	Кнели из говядины с рисом	80	11.9	12.8	5.3	184.5
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0.4	0.1	8.2	35
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	620	20.3	24.5	73.6	596.8
	Второй ужин					
Пром.	Варенец 2.5%	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за день	2960	138.7	88.8	311.1	2600.9
	Неделя 2 Понедельник					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.5	4.4	0	53.7
54-7к	Каша вязкая молочная пшениная с изюмом	250	10.2	12.1	51.9	357.3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
Пром.	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8
	Итого за Завтрак	625	17	19.1	92.6	610.6
	Второй завтрак					
Пром.	Сок персиковый	200	0.6	0	33	134.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	33	134.4
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке	100	1.3	0.1	4.9	25.7
54-15с - для детей с целиакией	Рассольник ленинградский с рисом	300	1.8	2.5	14.4	87.6
54-19г - для детей с целиакией	Капуста белокочанная тушеная	250	4.9	44.2	13.5	471.6
54-19м	Печень тертая	80	11.4	18.1	4.8	227.4
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0.1	15.6	66.9

Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	990	22.6	67.3	79.2	1013.1
	Полдник					
54-8в - для детей с целиакией	Булочка маковая	120	12.1	7	43.1	283.6
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	Итого за Полдник	320	17.9	12	51.5	385.4
	Ужин					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-21г	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
54-20м	Говядина отварная	80	22.7	18.3	0.4	257
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	40.9	24	70.7	662.9
	Второй ужин					
Пром.	Кефир 2.5%	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за день	2945	104.8	127.4	335	2906.6
	Неделя 2 Вторник					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	60	1.7	0.1	3.5	22.1
54-1о	Омлет натуральный	200	16.9	24	4.3	300.6
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0.2	0.1	6.8	28.9
Пром.	Банан	130	2	0.7	27.3	122.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	650	23	27.2	67.9	608.4
	Второй завтрак					
Пром.	Груша	150	0.6	0.5	15.5	68.3
Пром.	Сок сливовый	200	0.6	0.2	30.4	125.8
	Итого за Второй завтрак	350	1.2	0.7	45.9	194.1
	Обед					
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0.9	10.2	7.1	123.8
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350	8.3	9.9	17.7	193.2
54-6г	Рис отварной	250	6	8	60.7	339.2
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	11.1	5.9	5	117.8
54-21хн	Кисель из брусники	200	0.1	0.1	14.8	60.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1040	28.6	36.4	131.3	968.6
	Полдник					
54-6в	Кекс рисовый с грушей	120	2.2	9.7	42.2	265.2
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
Пром.	Ацидофилин 3.2%	200	5.4	6.4	7.6	109.6
	Итого за Полдник	390	8.2	16.2	55.1	399.3
	Ужин					
54-18з	Салат из свеклы с черносливом	100	1.4	5.4	12.9	106.2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311.6

54-3м	Голубцы ленивые	100	8.4	7.7	6.4	128.3
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0.3	0.1	7.2	30.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	660	23.3	24	100.4	710.9
	Второй ужин					
Пром.	Снежок 2.5%	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за Второй ужин	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за день	3290	89.7	109.5	422.2	3034.3
	Неделя 2 Среда					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0.2	14.5	0.3	132.2
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	250	8.9	7.2	33.4	234.2
54-13гн	Чай с облепихой и медом	200	0.4	0.6	8	39.1
Пром.	Яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	680	12.3	25.2	82.4	606
	Второй завтрак					
Пром.	Сок черешневый	200	0.6	0	35	142.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	35	142.4
	Обед					
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1.2	8.9	6.7	111.9
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	300	13	9.1	20.9	217.3
54-18г - для детей с целиакией	Макароны безглютеновые отварные	200	4.7	6.8	45.7	262.7
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	80	11.6	11.7	6.5	177.5
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-14хн	Компот из смородины с медом	200	0.4	0.1	9.3	39.6
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	960	33.6	40.9	116.7	969.2
	Полдник					
54-7в - для детей с целиакией	Кекс с куриным филе	120	15	6.2	8.8	151.1
Пром.	Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
	Итого за Полдник	320	20.8	11.2	18.4	257.7
	Ужин					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
54-13г	Фасоль отварная	200	19.3	1.7	41.8	259.9
54-30м	Кнели из говядины с рисом	80	11.9	12.8	5.3	184.5
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0.3	0.1	1.7	9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	660	35.3	19.1	80.2	635
	Второй ужин					
Пром.	Варенец 2.5%	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за день	3020	108.4	101.4	340.9	2711.3
	Неделя 2 Четверг					

	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-7т - для детей с целиакией	Творожно-пшениная запеканка	200	15	7	17.7	194.2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
	Итого за Завтрак	590	28.6	22	74.3	609.2
	Второй завтрак					
Пром.	Сок виноградный	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Обед					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	100	2.5	10.1	10.4	143
54-8с	Суп гороховый	350	11.7	8	28.5	233
54-15г	Капуста цветная отварная	200	5.1	5.8	8.3	105.9
54-21м	Курица отварная	100	32.1	2.4	1.1	154.8
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	50	1.3	5	3.9	65.6
54-3хн	Компот из чернослива	200	0.5	0.2	19.4	81.3
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1060	55.4	33.8	97.6	917.5
	Полдник					
Пром.	Банан	300	4.5	1.5	63	283.5
Пром.	Бифидок 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
	Итого за Полдник	500	11.3	6.5	74	399.7
	Ужин					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25.1	23.4	21.5	397.4
54-12гн	Чай с лимоном и медом	200	0.3	0.1	7.6	32
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	28.4	25.9	57.6	577.4
	Второй ужин					
Пром.	Кефир 2.5%	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за день	3160	130.1	93.6	344.1	2740.4
	Неделя 2 Пятница					
	Завтрак					
54-8к	Каша вязкая молочная пшениная с курагой	250	10.5	12.1	50.3	352
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0.3	0.1	7.2	30.9
Пром.	Яблоко	130	0.5	0.5	12.7	57.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	640	13.5	15	96.2	574.5
	Второй завтрак					
Пром.	Сок сливовый	200	0.6	0.2	30.4	125.8
Пром.	Груша	150	0.6	0.5	15.5	68.3
	Итого за Второй завтрак	350	1.2	0.7	45.9	194.1
	Обед					

54-4з	Перец болгарский в нарезке	100	1.3	0.1	4.9	25.7
54-13с - для детей с целиакией	Ши из свежей капусты вегетарианские	350	2.3	5.5	10.3	99.9
54-6г	Рис отварной	250	6	8	60.7	339.2
54-10р	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	140	22.8	15.8	8.8	268.7
54-21хн	Кисель из брусники	200	0.1	0.1	14.8	60.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1100	34.7	31.8	125.5	928.1
	Полдник					
54-6в	Кекс рисовый с грушей	120	2.2	9.7	42.2	265.2
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
Пром.	Апельсин	140	1.3	0.3	11.3	52.9
	Итого за Полдник	460	9.3	15	61.9	419.9
	Ужин					
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0.9	10.2	7.1	123.8
54-19г - для детей с целиакией	Капуста белокочанная тушеная	200	3.9	35.4	10.8	377.2
54-20м	Говядина отварная	80	22.7	18.3	0.4	257
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1.1	1.2	13	66.9
	Итого за Ужин	610	28.8	65.2	37.9	852.8
	Второй ужин					
Пром.	Ацидофилин 3.2%	200	5.4	6.4	7.6	109.6
	Итого за Второй ужин	200	5.4	6.4	7.6	109.6
	Итого за день	3360	92.9	134.1	375	3079
	Неделя 2 Суббота					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	60	1.7	0.1	3.5	22.1
54-4о	Омлет с сыром	200	25.4	33.8	4	421.3
54-11гн	Чай с медом	200	0.3	0	7.4	30.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1.1	1.2	13	66.9
Пром.	Банан	120	1.8	0.6	25.2	113.4
	Итого за Завтрак	610	30.3	35.7	53.1	654.6
	Второй завтрак					
Пром.	Сок черешневый	200	0.6	0	35	142.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	35	142.4
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	100	1.6	0.3	21.5	94.6
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350	8.3	9.9	17.7	193.2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311.6
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	80	11.6	11.7	6.5	177.5
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	30	0.8	3	2.3	39.4
54-6хн	Компот из вишни	200	0.3	0.1	10.2	42.8
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1020	35.8	35.8	132.1	993
	Полдник					
Пром.	Зефир	100	0.8	0.1	79.8	323.3

Пром.	Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
	Итого за Полдник	300	6.6	5.1	89.4	429.9
	Ужин					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
54-11м	Плов из отварной говядины	250	19.1	18.4	48.2	435.3
54-5гн	Чай с облепихой и сахаром	200	0.3	0.6	7	35
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	22.7	21.5	85	625.6
	Второй ужин					
Пром.	Снежок 2.5%	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за Второй ужин	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за день	2940	101.4	103.1	416.2	2998.5
	Неделя 2 Воскресенье					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0.2	14.5	0.3	132.2
54-7т - для детей с целиакией	Творожно-пшениная запеканка	200	15	7	17.7	194.2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	580	21.8	27.6	74.6	633.9
	Второй завтрак					
Пром.	Сок виноградный	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Обед					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-16с	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	350	12.9	9.5	16.7	204.5
54-13г	Фасоль отварная	200	19.3	1.7	41.8	259.9
54-21м	Курица отварная	100	32.1	2.4	1.1	154.8
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	30	0.8	3	2.3	39.4
54-24хн	Кисель из облепихи	200	0.3	1.1	11.9	58.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1040	68.4	20.1	102.3	865.5
	Полдник					
54-7в - для детей с целиакией	Кекс с куриным филе	120	15	6.2	8.8	151.1
Пром.	Бифидок 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
	Итого за Полдник	320	21.8	11.2	19.8	267.3
	Ужин					
54-21з	Кукуруза сахарная	60	1.2	0.2	6.1	31.3
54-11г	Картофельное пюре	200	4.1	7.1	26.4	185.8
54-30м	Кнели из говядины с рисом	80	11.9	12.8	5.3	184.5
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0.4	0.1	8.2	35
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	620	20.3	24.5	73.6	596.8
	Второй ужин					

Пром.	Варенец 2.5%	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за день	2960	138.7	88.8	311.1	2600.9
	Неделя 3 Понедельник					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	15	3.5	4.4	0	53.7
54-7к	Каша вязкая молочная пшениная с изюмом	250	10.2	12.1	51.9	357.3
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	625	17	19.1	92.6	610.6
	Второй завтрак					
Пром.	Сок персиковый	200	0.6	0	33	134.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	33	134.4
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке	100	1.3	0.1	4.9	25.7
54-15с - для детей с целиакией	Рассольник ленинградский с рисом	300	1.8	2.5	14.4	87.6
54-19г - для детей с целиакией	Капуста белокочанная тушеная	250	4.9	44.2	13.5	471.6
54-19м	Печень тертая	80	11.4	18.1	4.8	227.4
54-2хн	Компот из кураги	200	1	0.1	15.6	66.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	990	22.6	67.3	79.2	1013.1
	Полдник					
54-8в - для детей с целиакией	Булочка маковая	120	12.1	7	43.1	283.6
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	Итого за Полдник	320	17.9	12	51.5	385.4
	Ужин					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-21г	Горошница	150	14.5	1.3	33.8	204.8
54-20м	Говядина отварная	80	22.7	18.3	0.4	257
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.2	0	6.4	26.8
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	40.9	24	70.7	662.9
	Второй ужин					
Пром.	Кефир 2.5%	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за день	2945	104.8	127.4	335	2906.6
	Неделя 3 Вторник					
	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	60	1.7	0.1	3.5	22.1
54-1о	Омлет натуральный	200	16.9	24	4.3	300.6
54-10гн	Чай с клюквой и сахаром	200	0.2	0.1	6.8	28.9
Пром.	Банан	130	2	0.7	27.3	122.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9

	Итого за Завтрак	650	23	27.2	67.9	608.4
	Второй завтрак					
Пром.	Сок сливовый	200	0.6	0.2	30.4	125.8
Пром.	Груша	150	0.6	0.5	15.5	68.3
	Итого за Второй завтрак	350	1.2	0.7	45.9	194.1
	Обед					
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0.9	10.2	7.1	123.8
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350	8.3	9.9	17.7	193.2
54-6г	Рис отварной	250	6	8	60.7	339.2
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами (минтай)	80	11.1	5.9	5	117.8
54-21хн	Кисель из брусники	200	0.1	0.1	14.8	60.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1040	28.6	36.4	131.3	968.6
	Полдник					
54-6в	Кекс рисовый с грушей	120	2.2	9.7	42.2	265.2
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
Пром.	Ацидофилин 3.2%	200	5.4	6.4	7.6	109.6
	Итого за Полдник	390	8.2	16.2	55.1	399.3
	Ужин					
54-18з	Салат из свеклы с черносливом	100	1.4	5.4	12.9	106.2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311.6
54-3м	Голубцы ленивые	100	8.4	7.7	6.4	128.3
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0.3	0.1	7.2	30.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	660	23.3	24	100.4	710.9
	Второй ужин					
Пром.	Снежок 2.5%	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за Второй ужин	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за день	3290	89.7	109.5	422.2	3034.3
	Неделя 3 Среда					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0.2	14.5	0.3	132.2
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	250	8.9	7.2	33.4	234.2
54-13гн	Чай с облепихой и медом	200	0.4	0.6	8	39.1
Пром.	Яблоко	150	0.6	0.6	14.7	66.6
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	680	12.3	25.2	82.4	606
	Второй завтрак					
Пром.	Сок черешневый	200	0.6	0	35	142.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	35	142.4
	Обед					
54-16з	Винегрет с растительным маслом	100	1.2	8.9	6.7	111.9
54-5с	Суп из овощей с фрикадельками мясными	300	13	9.1	20.9	217.3
54-18г - для детей с целиакией	Макароны безглютеновые отварные	200	4.7	6.8	45.7	262.7
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	80	11.6	11.7	6.5	177.5

54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-14хн	Компот из смородины с медом	200	0.4	0.1	9.3	39.6
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	960	33.6	40.9	116.7	969.2
	Полдник					
54-7в - для детей с целиакией	Кекс с куриным филе	120	15	6.2	8.8	151.1
Пром.	Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
	Итого за Полдник	320	20.8	11.2	18.4	257.7
	Ужин					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
54-13г	Фасоль отварная	200	19.3	1.7	41.8	259.9
54-30м	Кнели из говядины с рисом	80	11.9	12.8	5.3	184.5
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-20гн	Чай с грушей и апельсином	200	0.3	0.1	1.7	9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	660	35.3	19.1	80.2	635
	Второй ужин					
Пром.	Варенец 2.5%	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за день	3020	108.4	101.4	340.9	2711.3
	Неделя 3 Четверг					
	Завтрак					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8.9	0	107.5
54-7т - для детей с целиакией	Творожно-пшениная запеканка	200	15	7	17.7	194.2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
	Итого за Завтрак	590	28.6	22	74.3	609.2
	Второй завтрак					
Пром.	Сок виноградный	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Обед					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	100	2.5	10.1	10.4	143
54-8с	Суп гороховый	350	11.7	8	28.5	233
54-15г	Капуста цветная отварная	200	5.1	5.8	8.3	105.9
54-21м	Курица отварная	100	32.1	2.4	1.1	154.8
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	50	1.3	5	3.9	65.6
54-3хн	Компот из чернослива	200	0.5	0.2	19.4	81.3
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1060	55.4	33.8	97.6	917.5
	Полдник					
Пром.	Бифидок 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
Пром.	Банан	300	4.5	1.5	63	283.5
	Итого за Полдник	500	11.3	6.5	74	399.7

	Ужин					
54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-9м	Жаркое по-домашнему	250	25.1	23.4	21.5	397.4
54-12гн	Чай с лимоном и медом	200	0.3	0.1	7.6	32
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	28.4	25.9	57.6	577.4
	Второй ужин					
Пром.	Кефир 2.5%	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8	100.2
	Итого за день	3160	130.1	93.6	344.1	2740.4
	Неделя 3 Пятница					
	Завтрак					
54-8к	Каша вязкая молочная пшениная с курагой	250	10.5	12.1	50.3	352
54-6гн	Чай со смородиной и сахаром	200	0.3	0.1	7.2	30.9
Пром.	Яблоко	130	0.5	0.5	12.7	57.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	640	13.5	15	96.2	574.5
	Второй завтрак					
Пром.	Сок сливовый	200	0.6	0.2	30.4	125.8
Пром.	Груша	150	0.6	0.5	15.5	68.3
	Итого за Второй завтрак	350	1.2	0.7	45.9	194.1
	Обед					
54-4з	Перец болгарский в нарезке	100	1.3	0.1	4.9	25.7
54-13с - для детей с целиакией	Ши из свежей капусты вегетарианские	350	2.3	5.5	10.3	99.9
54-6г	Рис отварной	250	6	8	60.7	339.2
54-10р	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	140	22.8	15.8	8.8	268.7
54-21хн	Кисель из брусники	200	0.1	0.1	14.8	60.7
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1100	34.7	31.8	125.5	928.1
	Полдник					
54-6в	Кекс рисовый с грушей	120	2.2	9.7	42.2	265.2
Пром.	Апельсин	140	1.3	0.3	11.3	52.9
Пром.	Ряженка 2.5%	200	5.8	5	8.4	101.8
	Итого за Полдник	460	9.3	15	61.9	419.9
	Ужин					
54-11з	Салат из моркови и яблок	100	0.9	10.2	7.1	123.8
54-19г - для детей с целиакией	Капуста белокочанная тушеная	200	3.9	35.4	10.8	377.2
54-20м	Говядина отварная	80	22.7	18.3	0.4	257
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0.1	6.6	27.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1.1	1.2	13	66.9
	Итого за Ужин	610	28.8	65.2	37.9	852.8
	Второй ужин					
Пром.	Ацидофилин 3.2%	200	5.4	6.4	7.6	109.6
	Итого за Второй ужин	200	5.4	6.4	7.6	109.6
	Итого за день	3360	92.9	134.1	375	3079
	Неделя 3 Суббота					

	Завтрак					
54-20з	Горошек зеленый	60	1.7	0.1	3.5	22.1
54-4о	Омлет с сыром	200	25.4	33.8	4	421.3
54-11гн	Чай с медом	200	0.3	0	7.4	30.9
Пром.	Банан	120	1.8	0.6	25.2	113.4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1.1	1.2	13	66.9
	Итого за Завтрак	610	30.3	35.7	53.1	654.6
	Второй завтрак					
Пром.	Сок черешневый	200	0.6	0	35	142.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0	35	142.4
	Обед					
54-17з	Салат из моркови и чернослива	100	1.6	0.3	21.5	94.6
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	350	8.3	9.9	17.7	193.2
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	200	11	8.5	47.9	311.6
54-16м	Тефтели из говядины с рисом	80	11.6	11.7	6.5	177.5
54-6соус – для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	30	0.8	3	2.3	39.4
54-6хн	Компот из вишни	200	0.3	0.1	10.2	42.8
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1020	35.8	35.8	132.1	993
	Полдник					
Пром.	Зефир	100	0.8	0.1	79.8	323.3
Пром.	Молоко 2.5%	200	5.8	5	9.6	106.6
	Итого за Полдник	300	6.6	5.1	89.4	429.9
	Ужин					
54-3з	Помидор в нарезке	100	1.1	0.2	3.8	21.4
54-11м	Плов из отварной говядины	250	19.1	18.4	48.2	435.3
54-5гн	Чай с облепихой и сахаром	200	0.3	0.6	7	35
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	610	22.7	21.5	85	625.6
	Второй ужин					
Пром.	Снежок 2.5%	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за Второй ужин	200	5.4	5	21.6	153
	Итого за день	2940	101.4	103.1	416.2	2998.5
	Неделя 3 Воскресенье					
	Завтрак					
53-19з	Масло сливочное (порциями)	20	0.2	14.5	0.3	132.2
54-7т – для детей с целиакией	Творожно-пшениная запеканка	200	15	7	17.7	194.2
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.6	1.1	8.6	50.9
Пром.	Мандарин	70	0.6	0.1	5.3	24.5
Пром.	молоко сгущенное с сахаром	30	2.2	2.6	16.7	98.2
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Завтрак	580	21.8	27.6	74.6	633.9
	Второй завтрак					
Пром.	Сок виноградный	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Итого за Второй завтрак	200	0.6	0.4	32.6	136.4
	Обед					

54-2з	Огурец в нарезке	100	0.8	0.1	2.5	14.1
54-16с	Суп сливочный с рыбой (горбуша)	350	12.9	9.5	16.7	204.5
54-13г	Фасоль отварная	200	19.3	1.7	41.8	259.9
54-21м	Курица отварная	100	32.1	2.4	1.1	154.8
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	30	0.8	3	2.3	39.4
54-24хн	Кисель из облепихи	200	0.3	1.1	11.9	58.9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Обед	1040	68.4	20.1	102.3	865.5
	Полдник					
54-7в - для детей с целиакией	Кекс с куриным филе	120	15	6.2	8.8	151.1
Пром.	Бифидок 2.5%	200	6.8	5	11	116.2
	Итого за Полдник	320	21.8	11.2	19.8	267.3
	Ужин					
54-21з	Кукуруза сахарная	60	1.2	0.2	6.1	31.3
54-11г	Картофельное пюре	200	4.1	7.1	26.4	185.8
54-19м	Печень тертая	80	11.4	18.1	4.8	227.4
54-6соус - для детей с целиакией	Соус молочный безглютеновый	20	0.5	2	1.6	26.3
54-14гн	Чай со смородиной и медом	200	0.4	0.1	8.2	35
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2.2	2.3	26	133.9
	Итого за Ужин	620	19.8	29.8	73.1	639.7
	Второй ужин					
Пром.	Варенец 2.5%	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за Второй ужин	200	5.8	5	8.2	101
	Итого за день	2960	138.2	94.1	310.6	2643.8