

Согласовано

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения № _____

" " 20__ г.

Утверждено

Генеральный директор ООО "Альфа-Провиант"

" 01.05.2024 г.

Лланенкова С.Г.

ЦИКЛИЧНОЕ ЧЕТЫРЕХНЕДЕЛЬНОЕ СБАЛАНСИРОВАННОЕ МЕНЮ РАЦИОНОВ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ (ЗАВТРАК И ОБЕД) ДЛЯ ПРЕДОСТАВЛЕНИЯ ПИТАНИЯ УЧАЩИМСЯ С ДИАГНОЗОМ АЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ ОТ 12 ЛЕТ И СТАРШЕ В ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА С КОМПЕНСАЦИЕЙ ЕГО СТОИМОСТИ (ЧАСТИ СТОИМОСТИ) ЗА СЧЕТ СРЕДСТВ БЮДЖЕТА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

День: 1

Возраст: 12-18 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)	Ca	P	Mg			Fe
Завтрак														
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	50	8,21	4,13	4,4	87,5	0,03	0	3,33	8,67	83,17	11,92	0,83	ТТК-325,05	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	233,17	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	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	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
Итого за Завтрак	466	15,76	13,23	64,47	445,56	0,18	0,04	113,63	37,74	121,5	30,69	2,21		
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	250/10	6,58	3,9	20,08	218	0,11	9,6	20	28,8	85,6	28,2	0,5	ТТК-100,05	
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ	280	32,29	29,49	51,71	601,07	0,15	16,8	373,33	69,07	380,8	72,8	3,73	ТТК-311,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	42,1	33,95	115,63	1013,05	0,51	32,8	513,33	152,25	559,2	146	6,49		
Итого за день		57,86	47,18	180,1	1458,61	0,69	32,84	626,96	189,99	680,7	176,69	8,7		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

День: 2

Возраст: 12-18 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)	Ca	P	Mg			Fe
Завтрак														
ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	200	8,93	10,67	36,67	278,67	0,09	17,33	573,33	30,67	72	26,67	1,47	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	
Итого за Завтрак	466	16,08	16,14	66,14	495,56	0,23	17,37	633,63	56,71	218,5	57,47	4,58		

Обед														
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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250/10	6,54	5,09	19,66	151,14	0,11	8,03	204,8	26,75	114,88	30,25	1,39	ТТК-98	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	280	9,14	11,94	8,58	280	0,19	9,33	18,2	18,67	354,67	29,87	0,04	ТТК-258,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	18,91	17,59	72,08	625,12	0,55	23,76	343	99,8	562,35	105,12	3,69		
Итого за день		34,99	33,73	138,22	1120,68	0,78	41,13	976,63	156,51	780,85	162,59	8,27		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

Возраст: 12-18 ЛЕТ

День: 3

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														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	233,17	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	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	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
Итого за Завтрак	466	13,15	14,3	60,47	450,06	0,19	0,04	110,3	39,07	148,33	32,77	3,18		

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250/10	5,84	6,49	10,26	123,14	0,09	11,03	224,8	31,75	79,88	25,25	1,19	ТТК-95,07	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	15,2	16,6	10,6	258	0,06	0	40	20	154	20	2	ТТК-293	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ	180	6,36	5,04	31,56	229,2	0,07	0	36	10,8	43,2	7,2	0,84	ТТК-209,02	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	30,63	28,69	96,26	804,32	0,47	17,43	420,8	116,93	369,88	97,45	6,29		
Итого за день		43,78	42,99	156,73	1254,38	0,66	17,47	531,1	156	518,21	130,22	9,47		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

Возраст: 12-18 ЛЕТ

День: 4

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														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	200	8,93	10,67	36,67	278,67	0,09	17,33	573,33	30,67	72	26,67	1,47	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	
Итого за Завтрак	466	16,08	16,14	66,14	495,56	0,23	17,37	633,63	56,71	218,5	57,47	4,58		

Обед														
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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ	250/10	6,28	3,96	19,28	138	0,13	13,6	210	30,8	99,6	35,2	1,4	ТТК-92,02	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	100	16,42	8,27	8,8	175	0,07	0	6,67	17,33	166,33	23,83	1,67	ТТК-325,05	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" на растительном масле	180	4,32	5,52	12,48	116,88	0,04	0	36	28,2	93,6	31,2	0,72	ТТК-323,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	30,25	18,31	84,4	623,86	0,49	20	372,67	130,71	452,33	135,23	6,05		
Итого за день		46,33	34,45	150,54	1119,42	0,72	37,37	1006,3	187,42	670,83	192,7	10,63		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

День: 5

Возраст: 12-18 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 РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на воде с маслом растительным)	200	6,72	9,76	37,44	265,6	0,16	1,6	64	102,4	161,6	44,8	3,2	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	
Итого за Завтрак	416	8,27	10,03	66,51	390,49	0,26	1,64	124,3	118,44	198,1	61,6	4,51		

Обед														
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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП-КРЕМ ИЗ ОВОЩЕЙ	250	6	4	16,48	125,33	0,07	8	225	107	17,25	1,25	0,3	ТТК-110,01	
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	100	15,83	17,33	11,33	265	0,07	3,33		15	136,67	20	1,67	ТТК-284	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	7	10,26	29,74	239,28	0,09	0,72	48	70,2	45,6	2,7	0,36	ТТК-133,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	862	32,06	32,15	101,39	823,59	0,48	18,45	393	246,58	292,32	68,95	4,59		
Итого за день		40,33	42,18	167,9	1214,08	0,74	20,09	517,3	365,02	490,42	130,55	9,1		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

День: 6

Возраст: 12-18 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														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	233,17	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	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	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
Итого за Завтрак	466	13,15	14,3	60,47	450,06	0,19	0,04	110,3	39,07	148,33	32,77	3,18		

Обед													
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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250/10	6,74	5,09	20,06	229,14	0,12	8,03	14,8	24,75	90,88	28,25	0,69	ТТК-100,05
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	21,98	22,26	4,34	305,2	0,06	1,4	20	19,6	210	28	2,8	ТТК-259
РИС ОТВАРНОЙ	180	4,44	7,56	39,36	243,6	0,02	0	60	3,6	73,2	22,8	0,72	ТТК-325,06
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02
Итого за Обед	872	36,39	35,47	107,6	971,92	0,45	15,83	214,8	102,33	466,88	124,05	6,47	
Итого за день		49,54	49,77	168,07	1421,98	0,64	15,87	325,1	141,4	615,21	156,82	9,65	

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ День: 7

Возраст: 12-18 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		
Завтрак													
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	50	8,21	4,13	4,4	87,5	0,03	0	3,33	8,67	83,17	11,92	0,83	ТТК-325,05
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	200	8,93	10,67	36,67	278,67	0,09	17,33	573,33	30,67	72	26,67	1,47	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	0,73	ТТК-430
Итого за Завтрак	466	18,69	15,07	70,14	491,06	0,22	17,37	636,96	55,38	191,67	55,39	3,61	
Обед													
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ (без моркови/специй, безглютен)	250/10	6,28	3,96	19,28	138	0,13	13,6	210	30,8	99,6	35,2	1,4	ТТК-92,02
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02
Итого за Обед	872	27,59	27,56	111,92	806,86	0,41	23,2	490	152,38	290	85,64	4,46	
Итого за день		46,28	42,63	182,06	1297,92	0,63	40,57	1126,96	207,76	481,67	141,03	8,07	

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ День: 8

Возраст: 12-18 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		
Завтрак													
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	50	8,21	4,13	4,4	87,5	0,03	0	3,33	8,67	83,17	11,92	0,83	ТТК-325,05
КАША ГРЕЧЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	233,17	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	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
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21	0,04	0,3	5	8	4	0,73	0,73	ТТК-430
Итого за Завтрак	466	15,76	13,23	64,47	445,56	0,18	0,04	113,63	37,74	121,5	30,69	2,21	

Обед														
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	Мg	Fe		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	250/10	6,58	3,9	20,08	218	0,11	9,6	20	28,8	85,6	28,2	0,5	ТТК-100,05	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	15,2	16,6	10,6	258	0,06	0	40	20	154	20	2	ТТК-293	
РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ (с маслом растительным)	180	4,16	5,95	37,56	220,5	0,06	1,08	0	15,66	99,72	35,1	0,8	ТТК-334,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	29,17	27,01	112,08	890,48	0,48	17,08	180	118,84	432,12	128,3	5,56		
Итого за день		44,93	40,24	176,55	1336,04	0,66	17,12	293,63	156,58	553,62	158,99	7,77		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ День: 9

Возраст: 12-18 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	Мg	Fe		
Завтрак														
КАША РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на воде с маслом растительным)	200	6,72	9,76	37,44	265,6	0,16	1,6	64	102,4	161,6	44,8	3,2	ТТК-183,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ	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	0,73	ТТК-430	
Итого за Завтрак	416	8,27	10,03	66,51	390,49	0,26	1,64	124,3	118,44	198,1	61,6	4,51		
Обед														
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250/10	6,54	5,09	19,66	151,14	0,11	8,03	204,8	26,75	114,88	30,25	1,39	ТТК-98	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	280	9,14	11,94	8,58	280	0,19	9,33	18,2	18,67	354,67	29,87	0,04	ТТК-258,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	18,91	17,59	72,08	625,12	0,55	23,76	343	99,8	562,35	105,12	3,69		
Итого за день		27,18	27,62	138,59	1015,61	0,81	25,4	467,3	218,24	760,45	166,72	8,2		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ День: 10

Возраст: 12-18 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	Мg	Fe		
Завтрак														
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	50	8,21	4,13	4,4	87,5	0,03	0	3,33	8,67	83,17	11,92	0,83	ТТК-325,05	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	233,17	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	ТТК-323,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛУТЕНОВЫЙ	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	0,73	ТТК-430	
Итого за Завтрак	466	15,76	13,23	64,47	445,56	0,18	0,04	113,63	37,74	121,5	30,69	2,21		

Обед														
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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	250/10	5,68	5,3	10,28	112	0,08	12,6	230	35,8	74,6	25,2	1	ТТК-95,07	
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ	280	32,29	29,49	51,71	601,07	0,15	16,8	373,33	69,07	380,8	72,8	3,73	ТТК-311,04	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	41,2	35,35	105,83	907,05	0,48	35,8	723,33	159,25	548,2	143	6,99		
Итого за день		56,96	48,58	170,3	1352,61	0,66	35,84	836,96	196,99	669,7	173,69	9,2		

День: 11

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 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														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04	4,9	0	10	110	14	1,8	ТТК-68,01	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	200	8,93	10,67	36,67	278,67	0,09	17,33	573,33	30,67	72	26,67	1,47	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	
Итого за Завтрак	466	16,08	16,14	66,14	495,56	0,23	17,37	633,63	56,71	218,5	57,47	4,58		

Обед

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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250/10	6,44	5,15	19,26	149,14	0,14	12,03	204,8	26,75	104,88	35,25	1,59	ТТК-92,02	
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	21,98	22,26	4,34	305,2	0,06	1,4	20	19,6	210	28	2,8	ТТК-259	
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,44	5,18	27,61	169,2	0,18	25,2	0	17,57	95,67	35,19	1,39	ТТК-208,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	35,09	33,15	95,05	817,52	0,63	45,03	344,8	118,3	503,35	143,44	8,04		
Итого за день		51,17	49,29	161,19	1313,08	0,86	62,4	978,43	175,01	721,85	200,91	12,62		

День: 12

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 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 РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на воде с маслом растительным)	200	6,72	9,76	37,44	265,6	0,16	1,6	64	102,4	161,6	44,8	3,2	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	
Итого за Завтрак	416	8,27	10,03	66,51	390,49	0,26	1,64	124,3	118,44	198,1	61,6	4,51		

Обед														
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	Мg	Fe		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250/10	6,54	5,09	19,66	151,14	0,11	8,03	204,8	26,75	114,88	30,25	1,39	ТТК-98	
ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)	100	15,83	17,33	11,33	265	0,07	3,33		15	136,67	20	1,67	ТТК-284	
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	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	33,64	32,58	107,83	860,92	0,51	33,36	840,8	123,73	409,15	119,25	6,64		
Итого за день		41,91	42,61	174,34	1251,41	0,77	35	965,1	242,17	607,25	180,65	11,15		

День: 13

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

Возраст: 12-18 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	Мg	Fe		
Завтрак														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01	
РИС ОТВАРНОЙ	200	4,93	8,4	43,73	270,67	0,03	0	66,67	4	81,33	25,33	0,8	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	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430	
Итого за Завтрак	466	12,08	13,87	73,2	487,56	0,17	0,04	126,97	30,04	227,83	56,13	3,91		

Обед

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	Мg	Fe		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250/10	6,74	5,09	20,06	229,14	0,12	8,03	14,8	24,75	90,88	28,25	0,69	ТТК-100,05	
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ	100	15,2	16,6	10,6	258	0,06	0	40	20	154	20	2	ТТК-293	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ	180	7	10,26	29,74	239,28	0,09	0,72	48	70,2	45,6	2,7	0,36	ТТК-133,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	32,17	32,51	104,24	920,4	0,52	15,15	222,8	169,33	383,28	95,95	5,31		
Итого за день		44,25	46,38	177,44	1407,96	0,69	15,19	349,77	199,37	611,11	152,08	9,22		

День: 14

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

Возраст: 12-18 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	Мg	Fe		
Завтрак														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	200	8,93	10,67	36,67	278,67	0,09	17,33	573,33	30,67	72	26,67	1,47	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	
Итого за Завтрак	466	16,08	16,14	66,14	495,56	0,23	17,37	633,63	56,71	218,5	57,47	4,58		

Обед														
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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250/10	6,44	5,15	19,26	0,14	12,03	204,8	26,75	104,88	35,25	1,59	ТТК-92,02		
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	280	9,14	11,94	8,58	0,19	9,33	18,2	18,67	354,67	29,87	0,04	ТТК-258,01		
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02		
Итого за Обед	872	18,81	17,65	71,68	0,58	27,76	343	99,8	562,35	110,12	3,89			
Итого за день		34,89	33,79	137,82	0,81	45,13	976,63	166,51	770,85	167,59	8,47			

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 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														
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	50	8,21	4,13	4,4	0,03	0	3,33	8,67	83,17	11,92	0,83	ТТК-325,05		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	ТТК-323,01		
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	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		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430		
Итого за Завтрак	466	15,76	13,23	64,47	0,18	0,04	113,63	37,74	121,5	30,69	2,21			

Обед														
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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ	250/10	6,54	5,09	19,66	0,11	8,03	204,8	26,75	114,88	30,25	1,39	ТТК-98		
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ	280	32,29	29,49	51,71	0,15	16,8	373,33	69,07	380,8	72,8	3,73	ТТК-311,04		
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02		
Итого за Обед	872	42,06	35,14	115,21	0,51	31,23	698,13	150,2	588,48	148,05	7,38			
Итого за день		57,82	48,37	179,68	0,69	31,27	811,76	187,94	709,98	178,74	9,59			

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 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														
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	200	8,93	10,67	36,67	0,09	17,33	573,33	30,67	72	26,67	1,47	ТТК-209,03		
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	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		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430		
Итого за Завтрак	466	16,08	16,14	66,14	0,23	17,37	633,63	56,71	218,5	57,47	4,58			

Обед														
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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	250/10	6,28	3,96	19,28	138	0,13	13,6	210	30,8	99,6	35,2	1,4	ТТК-92,02	
ТЕФТЕЛИ (2-й ВАРИАНТ)	100	15,83	17,33	11,33	265	0,07	3,33		15	136,67	20	1,67	ТТК-284	
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	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	33,38	31,45	107,45	847,78	0,53	38,93	846	127,78	393,87	124,2	6,65		
Итого за день		49,46	47,59	173,59	1343,34	0,76	56,3	1479,63	184,49	612,37	181,67	11,23		

День: 17

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 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 РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на воде с маслом растительным)	200	6,72	9,76	37,44	265,6	0,16	1,6	64	102,4	161,6	44,8	3,2	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	0,73	ТТК-430	
Итого за Завтрак	416	8,27	10,03	66,51	390,49	0,26	1,64	124,3	118,44	198,1	61,6	4,51		

Обед

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		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250/10	5,84	6,49	10,26	123,14	0,09	11,03	224,8	31,75	79,88	25,25	1,19	ТТК-95,07	
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (без томатной пасты)	280	31,55	30,05	25,01	496,53	0,19	9,33	18,67	39,2	354,67	67,2	5,6	ТТК-258,06	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	40,62	37,1	79,11	813,65	0,53	26,76	363,47	125,33	527,35	137,45	9,05		
Итого за день		48,89	47,13	145,62	1204,14	0,79	28,4	487,77	243,77	725,45	199,05	13,56		

День: 18

Возраст: 12-18 ЛЕТ

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 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														
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	50	8,21	4,13	4,4	87,5	0,03	0	3,33	8,67	83,17	11,92	0,83	ТТК-325,05	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	233,17	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	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	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21	0,04	0,3	5	8	4	0,73	0,73	ТТК-430	
Итого за Завтрак	466	15,76	13,23	64,47	445,56	0,18	0,04	113,63	37,74	121,5	30,69	2,21		

Обед														
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	Мg	Fe		
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ТЕФТЕЛИ ИЗ ИНДЕЙКИ (Б)	250/10	6,28	3,96	19,28	138	0,13	13,6	210	30,8	99,6	35,2	1,4	ТТК-92,02	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	180	7	10,26	29,74	239,28	0,09	0,72	48	70,2	45,6	2,7	0,36	ТТК-133,03	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	29,59	39,86	96,94	861,26	0,55	20,92	378	215,38	392	114,9	6,02		
Итого за день		45,35	53,09	160,41	1306,82	0,73	20,96	491,63	253,12	513,5	145,59	8,23		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

День: 19

Возраст: 12-18 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	Мg	Fe		
Завтрак														
ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04	0,04	0	10	110	14	1,8	ТТК-68,01	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	200	8,93	10,67	36,67	278,67	0,09	17,33	573,33	30,67	72	26,67	1,47	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	
Итого за Завтрак	466	16,08	16,14	66,14	495,56	0,23	17,37	633,63	56,71	218,5	57,47	4,58		

Обед

САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250/10	6,44	5,15	19,26	149,14	0,14	12,03	204,8	26,75	104,88	35,25	1,59	ТТК-92,02	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ	280	9,14	11,94	8,58	280	0,19	9,33	18,2	18,67	354,67	29,87	0,04	ТТК-258,01	
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02	
Итого за Обед	872	18,81	17,65	71,68	623,12	0,58	27,76	343	99,8	552,35	110,12	3,89		
Итого за день		34,89	33,79	137,82	1118,68	0,81	45,13	976,63	156,51	770,85	167,59	8,47		

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

День: 20

Возраст: 12-18 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	Мg	Fe		
Завтрак														
КАША РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на воде с маслом растительным)	200	6,72	9,76	37,44	265,6	0,16	1,6	64	102,4	161,6	44,8	3,2	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	
Итого за Завтрак	416	8,27	10,03	66,51	390,49	0,26	1,64	124,3	118,44	198,1	61,6	4,51		

Обед															
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	Мg	Fe			
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	250/10	6,54	5,09	19,66	151,14	0,11	8,03	204,8	26,75	114,88	30,25	1,39	ТТК-98		
ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ	280	32,29	29,49	51,71	601,07	0,15	16,8	373,33	69,07	380,8	72,8	3,73	ТТК-311,04		
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02		
Итого за Обед	872	42,06	35,14	115,21	946,19	0,51	31,23	698,13	150,2	588,48	148,05	7,38			
Итого за день		50,33	45,17	181,72	1336,68	0,77	32,87	822,43	268,64	786,58	209,65	11,89			

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

Возраст: 12-18 ЛЕТ

День: 21

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	Мg	Fe			
Завтрак															
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	50	8,21	4,13	4,4	87,5	0,03	0	3,33	8,67	83,17	11,92	0,83	ТТК-325,05		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	233,17	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	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		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430		
Итого за Завтрак	466	15,76	13,23	64,47	445,56	0,18	0,04	113,63	37,74	121,5	30,69	2,21			

Обед															
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	Мg	Fe			
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ	250/10	6,28	3,96	19,28	138	0,13	13,6	210	30,8	99,6	35,2	1,4	ТТК-92,02		
ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ	100	22,67	15,5	8,73	416,67	0,08	1,85	33,33	62	272,83	58	2,63	ТТК-277,04		
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО	180	2,88	6,96	22,8	165,36	0,12	2,52	0	9,96	50,76	9,84	0	ТТК-123		
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02		
Итого за Обед	872	35,06	26,98	94,65	914,01	0,58	24,37	363,33	157,14	515,99	148,04	6,29			
Итого за день		50,82	40,21	159,12	1359,57	0,76	24,41	476,96	194,88	637,49	178,73	8,5			

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

Возраст: 12-18 ЛЕТ

День: 22

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	Мg	Fe			
Завтрак															
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01		
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ	200	8,93	10,67	36,67	278,67	0,09	17,33	573,33	30,67	72	26,67	1,47	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		
Итого за Завтрак	466	16,08	16,14	66,14	495,56	0,23	17,37	633,63	56,71	218,5	57,47	4,58			

Обед															
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)	Ca	P	Mg	Fe			
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02		
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	250/10	5,84	6,49	10,26	123,14	0,09	11,03	224,8	31,75	79,88	25,25	1,19	ТТК-95,07		
ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ без моркови	280	30,05	38,27	47,04	604,8	0,11	1,87	280	106,4	349,07	69,07	2,05	ТТК-265,01		
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02		
Итого за Обед	872	39,12	45,32	101,14	921,92	0,45	19,3	624,8	192,53	521,75	139,32	5,5			
Итого за день		55,2	61,46	167,28	1417,48	0,68	36,67	1258,43	249,24	740,25	196,79	10,08			

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

Возраст: 12-18 ЛЕТ

День: 23

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)	Ca	P	Mg	Fe			
Завтрак															
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)	50	5,6	5,2	0,4	92	0,04			10	110	14	1,8	ТТК-68,01		
РИС ОТВАРНОЙ	200	4,93	8,4	43,73	270,67	0,03	0	66,67	4	81,33	25,33	0,8	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		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430		
Итого за Завтрак	466	12,08	13,87	73,2	487,56	0,17	0,04	126,97	30,04	227,83	56,13	3,91			

Обед															
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)	Ca	P	Mg	Fe			
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ	250/10	6,74	5,09	20,06	229,14	0,12	8,03	14,8	24,75	90,88	28,25	0,69	ТТК-100,05		
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	100	21,98	22,26	4,34	305,2	0,06	1,4	20	19,6	210	28	2,8	ТТК-259		
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	180	3,44	5,18	27,61	169,2	0,18	25,2	0	17,57	95,67	35,19	1,39	ТТК-208,01		
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1		
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02		
Итого за Обед	872	35,39	33,09	95,85	897,52	0,61	41,03	154,8	116,3	489,35	136,44	7,14			
Итого за день		47,47	46,96	169,05	1385,08	0,78	41,07	281,77	146,34	717,18	192,57	11,05			

Рацион: АЛЛЕРГИЧЕСКАЯ ЭНТЕРОПАТИЯ 12-18 ЛЕТ

Возраст: 12-18 ЛЕТ

День: 24

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)	Ca	P	Mg	Fe			
Завтрак															
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)	50	8,21	4,13	4,4	87,5	0,03	0	3,33	8,67	83,17	11,92	0,83	ТТК-325,05		
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным)	200	6	8,83	31	233,17	0,05		50	13,03	1,83	1,97	0,07	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		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,09	15,8	65,21		0,04	0,3	5	8	4	0,73	ТТК-430		
Итого за Завтрак	466	15,76	13,23	64,47	445,56	0,18	0,04	113,63	37,74	121,5	30,69	2,21			

Обед													
	100	0,7	0,1	1,9	12	0,04	4,9	0	17	30	14	0,5	ТТК-71,02
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО ОГУРЦА (без кожуры)	100	5,68	5,3	10,28	112	0,08	12,6	230	35,8	74,6	25,2	1	ТТК-95,07
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ	250/10	23,33	17,55	19,41	181,81	0,06	0	56	43,87	145,6	48,53	1,12	ТТК-536,02
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ФИЛЕ ИНДЕЙКИ	280												
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36	0,21	0	120	22,08	57	25,6	1,16	ТТК-639,1
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ	200	0,03	0,1	15,4	62,62	0	1,5	0	15,3	5,8	5,4	0,6	ТТК-394,02
Итого за Обед	872	32,24	23,41	73,53	487,79	0,39	19	406	134,05	313	118,73	4,38	
Итого за день		48	36,64	138	933,35	0,57	19,04	519,63	171,79	434,5	149,42	6,59	

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)					
	Б	Ж	У		B1	C	A (рет. экв/сут)	Ca	P	Mg	Fe		
												1108,63	1041,85
Среднее значение за период	46,19	43,41	162,17	1269,97	0,73	32,4	732,7	200,24	649,2	170,47	9,57		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	15	31	51										
Сбалансированность	1	1	4										

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	Обед	Завтрак
12-18 ЛЕТ	872	456

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)