

Составлено
директор лицея "МТ"
Маркова



"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ
К ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

ПЕРИОД:

2023 24 г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно:

Методическим рекомендациям МР 2.4.0162-19.

2023 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ Россия Краснодарский край
12 - тИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 1 -й	ЗАВТРАК							
	Каша пшённая рассыпчатая	160	6,99	6,49	39,53	243,18	32	206-21
	Мясо отварное в бульоне	90	18,05	18,00	0,09	234,00	53	МР 2.4.0162-19
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
	Флоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	МР 2.4.0162-19
итого за завтрак		590	27,78	28,37	77,92	680,13		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,22	-1,00	-4,98	-1,86		
неделя 1 -я День 1 -й	ОБЕД							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	МР 2.4.0162-19
	Борщ с капустой и картофелем	300	2,758	5,223	21,532	109,20	10	МР 2.4.0162-19
	Рагу из птицы	230	21,87	16,76	19,89	379,05	43	МР 2.4.0162-19
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за обед		830	32,06	30,155	0,06	717,99		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,34	-7,05	-34,98	-10,57		
неделя 1 -я День 1 -й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром	180	0,18	0	13,5	51,30	74	МР 2.4.0162-19
	Икра из кабачков	60	0,5	2,4	3,3	40,00	8	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	46,20	9	Пром.пр.
	Флоды свежие (банан)***	120	2,16	4,72	20,638	103,67	80	МР 2.4.0162-19
	итого за полдник		370	3,86	8,823	43,21	266,17	
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,54	-1,97	-1,10	-0,94		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		59,84	58,53	77,98	1398,12
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	61,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,46	-5,76	-39,96

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		35,92	38,98	43,27	984,16
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %			-10,47	-8,88	-33,88

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		63,70	67,35	121,19	1664,29
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %			-9,75	-7,58	-38,88

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью

ПРИЛОЖЕНИЕ
 Россия Краснодарский край
12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)
 Возрастная категория: 12 лет и старше Сезон : 2023 - ____ г.г.
1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по СБ, р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 2 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,92	0,1167	2,684	14,934	2	МР 2.4.0162-19
	Плов из риса с отварным мясом	250	20,30	23,10	48,50	488,00	58	МР 2.4.0162-19
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый*	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	МР 2.4.0162-19
итого за завтрак		550	24,17	28,32	103,90	781,66		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,76	-1,24	-1,70	-1,60		
неделя 1 -я День 2 -й	ОБЕД							
	Икра морковная	60	1,03	4,38	4,53	60,10	6	МР 2.4.0162-19
	Суп с крупой (гречка)	250	3,21	3,83	11,81	94,74	18	МР 2.4.0162-19
	Омлет с птицей и / овощи	165	28,82	17,98	2,12	291,22	41	МР 2.4.0162-19
	консервированные отварные	35	0,91	1,09	1,304	22,008	41	МР 2.4.0162-19
	Молоко кипяченое ***	200	5,8	5,00	5,60	167,00	76	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	МР 2.4.0162-19
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	15,75	52,80	79	МР 2.4.0162-19
итого за обед		860	44,31	37,85	58,94	766,60		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,60	-2,93	-19,66	-8,92		
неделя 1 -я День 2 -й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	МР 2.4.0162-19
	Биточек рисовый с морковью	120	2,53	7,37	20,65	158,06	38	МР 2.4.0162-19
	и / джем абрикосовый	30	0,149	0,0165	15,447	62,14	38	МР 2.4.0162-19
	итого за полдник		350	2,98	7,49	51,29	279,59	
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	18,40	18,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-15,42	-11,30	-17,63	-15,31		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	58,48	55,16	162,84	1548,26
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		5,84	-1,32	-18,16

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	47,29	45,34	110,24	1046,19
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	132,14
отклонение от нормы (+ / -) %		0,47	-2,98	-116,68

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	71,46	73,65	214,13	1827,855
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-1,29	-1,74	-14,98

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки")

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

1-я неделя

1-я неделя								
приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 3 -й	ЗАВТРАК							
	Огурец свежий в нарезке	70	0.49	0.07	1.33	8.00	1	МР 2.4.0162-19
	Тефтели рыбные (минтай) ***	100 / 20	12.70	4.45	7.19	119.94	62	МР 2.4.0162-19
	Пюре картофельное /	120	2.60	4.00	18.10	125.00	22	МР 2.4.0162-19
	/ Капуста отварная (сложный гарнир)	60	1.26	1.38	3.18	30.60	22	МР 2.4.0162-19
	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	20.2	84.80	66	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2.03	3.4	11.54	92.49	9	Пром. по
итого за завтрак		590	20.08	13.298	61,54	460,878		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26.00	26.98	97.34	734.75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-5.69	-12.68	-9.19	-9.32		
неделя 1 -я День 3 -й	ОБЕД							
	Икра секольная	60	1.00	5.10	5.70	73.00	7	МР 2.4.0162-19
	Суп из овощей	250	2.29	3.80	10.31	84.62	14	МР 2.4.0162-19
	Мясо тушёное	50 / 50	15.20	17.38	2.56	225.00	54	МР 2.4.0162-19
	Каша вязкая (рисовая)	180	3.08	5.04	31.89	184.96	36	МР 2.4.0162-19
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	0	0	25.4	105.60	66	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3.05	5.10	17.31	138.73	9	Пром. по
Плоды свежие (яблоко)		100	0.4	0.40	9.8	44.00	79	МР 2.4.0162-19
итого за обед		920	26.01	36.82	102,97	855,81		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36.40	37.77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-9.99	-0.87	-8.54	-5.88		
неделя 1 -я День 3 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из яблок	200	0.2	0.2	25.80	101.00	70	МР 2.4.0162-19
	Сардельки мясные паровые	100	18.40	15.60	3.50	228.00	52	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2.03	3.4	11.54	92.49	9	Пром. по
итого за полдник		320	20.63	19,200	40,84	423,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10.44	10.79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			9.84	7.79	0.49	4.41		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		46.09	50.12	164.51	1316.69
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62.40	64.74	233.52
отклонение от нормы (+ / -) %			-15.68	-13.55	-17.73
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК		46.64	56.02	143.82	1279.30
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46.80	48.56	175.14
отклонение от нормы (+ / -) %			-0.15	6.92	-8.05
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		66.72	69.32	205.36	1740.173
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72.80	75.53	272.44
отклонение от нормы (+ / -) %			-5.84	-5.76	-17.24

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ
 Россия Краснодарский край
 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 4 -й	ЗАВТРАК							
	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,63	174,08	34	МР 2.4.0162-19
	Мясо отварное в бульоне	90	18,09	18,00	0,08	234,00	53	МР 2.4.0162-19
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром. пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	МР 2.4.0162-19
итого за завтрак		610	26,29	27,89	63,02	610,89		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			0,28	0,85	-8,81	-4,21		
неделя 1 -я День 4 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,1167	2,684	14,934	2	МР 2.4.0162-19
	Суп картофельный с горохом	300	6,965	4,967	22,312	161,76	17	МР 2.4.0162-19
	Мясо духовое	220	17,29	17,35	19,14	201,00	56	МР 2.4.0162-19
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром. пр.
итого за обед		820	32,03	30,635	86,611	761,421		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,7	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,21	-6,61	-12,75	-9,09		
неделя 1 -я День 4 -й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	МР 2.4.0162-19
	Яйцо варёное ***	40	5,10	4,60	0,30	63,00	40	МР 2.4.0162-19
	Горошек консервированный	40	1,10	0,07	2,30	14,70	4	МР 2.4.0162-19
	Плоды свежие (банан)***	100	1,6	3,54	17,198	111,39	80	МР 2.4.0162-19
итого за полдник		380	8,20	8,606	34,80	246,094		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,12	-2,02	-1,06	-1,63		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			58,32	58,52	149,63	1372,31
Норма по МР 2.4.0162-19.			62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,92	-5,76	-21,55	-13,31

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			40,23	39,24	121,41	1007,52
Норма по МР 2.4.0162-19.			46,80	49,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,32	-8,63	-13,81	-10,72

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			66,52	67,13	184,43	1618,40
Норма по МР 2.4.0162-19.			72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,04	-7,78	-22,61	-14,93

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки")

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить)

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молоко можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

ПРИЛОЖЕНИЕ
12 - тидневное меню приготавливаемых блюд школьных завтраков-обедов-полдников
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)
Возрастная категория: 12 лет и старше
Россия Краснодарский край
Сезон : 2023 - 2024

Сезон :

2023 - ____ г.г.

1-я неделя								
приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 5 -й	ЗАВТРАК							
	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	3	
	Биточки мясные паровые	100	15,03	14,35	5,74	212,21	46	
	Картофель и овощи тушёные в соусе	180	3,60	10,60	25,16	214,68	27	
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	104,00	70	
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	
итого за завтрак		570	21,82	28,64	72,65	640,31		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,73		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,02	1,54	-8,33	-3,21		
неделя 1 -я День 5 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	
	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,70	4,20	8,30	79,00	13	
	Рыба припущенная***	100	15,56	7,47	0,85	132,73	65	
	Картофель отварной	120	2,29	3,46	18,41	113,88	30	
	Сок фруктовый (персиковый)	200	0	0	26	104,00	66	
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	116,73	9	
	Фрукты свежие (апельсин)***	100	0,781	0,15	8,1467	37,03	81	
итого за обед		870	25,19	20,49	81,70	624,30		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-10,76	-15,04	-14,04	-13,76		
неделя 1 -я День 5 -й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	
	Котлета школьная паровая	90	14,99	8,40	5,36	157,37	47	
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	
итого за полдник		310	17,32	11,90	32,10	308,9		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	19,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			6,65	1,03	-1,75	0,51		

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	42,51	32,39	113,80	933,15
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,12	-14,98	-15,76	-13,25

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	64,33	61,03	186,45	1573,46
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %	-8,15	-13,44	-22,10	-16,46

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с мен-о исключить)

*** Для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью

2023 - г.г.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя	ЗАВТРАК							
1 - я	Каша пшеничная вязкая	180	4,77	5,10	26,40	190,36	33	303
	Пюре из отварного мяса в бульоне	85	18,00	15,50	0	211,00	60	492
День	Компот из апельсинов	200	0,45	0,1	33,99	141,00	71	345
6 -й	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,94	9	345
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,73	52,80	79	312
итого за завтрак		605	25,73	24,58	83,70	667,65		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,26	-2,22	-3,50	-2,28		
неделя	ОБЕД							
1 - я	Икра морковная	60	1,93	4,38	4,53	60,19	6	345
День	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	2,96	4,87	12,30	104,71	20	280
6 -й	Ежики мясные	120	16,322	21,68	13,56	317,68	48	345
	Картофель отварной	155	2,95	4,46	23,78	147,10	30	345
	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	20,2	81,80	66	389
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	345
итого за обед		815	27,32	40,68	91,69	853,12		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-8,74	2,70	-11,44	-5,97		
неделя	ПОЛДНИК							
1 - я	Компот из свежих фруктов	200	0,216	0	20,27	81,57	72	822
День	Омлет с зелёным горошком ***	100	7,14	10,72	3,43	178,57	42	285
6 -й	Фрукты свежие (апельсин)***	100	0,781	0,15	8,1467	37,39	81	345
	Хлеб безглютеновый *	10	0,15	1,7	5,77	41,29	9	345
итого за полдник		410	9,16	12,562	37,62	298,37		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,20	1,64	-0,34	0,15		

	белки	жиры	углеводы	Энергетическая
	Б	Ж	У	ценность Ккал
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	53,04	65,27	175,38	1520,77
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ / -) %	-9,00	0,49	-14,94	-8,26

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	36,47	53,24	129,30	1151,49
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,53
отклонение от нормы (+ / -) %	-9,93	4,36	-11,78	-5,82

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	62,20	77,83	213,00	1819,14
Норма по МР 2.4.0162-19, 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %	-10,20	2,13	-15,27	-6,10

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

*** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба

*** При пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: _____

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 - я День 7 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	МР 2.4.0162-19
	Сардельки мясные паровые	90	16,50	14,10	3,20	205,00	52	МР 2.4.0162-19
	Морковь припущенная	150	2,10	3,10	11,10	82,09	26	МР 2.4.0162-19
	Какао с молоком ***	200	2,3	2,9	22,91	126,68	78	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР 2.4.0162-19
	Плоды свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,194	111,39	80	МР 2.4.0162-19
итого за завтрак		630	26,55	27,55	68,63	632,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			0,53	0,54	-7,37	-3,48		
неделя 2 - я День 7 -й	ОБЕД							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,90	1	МР 2.4.0162-19
	Рассольник ленинградский	250	2,74	4,83	15,71	116,80	15	МР 2.4.0162-19
	Рагу из овощей	180	3,25	11,24	15,25	114,32	25	МР 2.4.0162-19
	Котлета мясная паровая	100	19,29	17,99	5,83	302,93	50	МР 2.4.0162-19
	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	20,2	84,80	66	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	МР 2.4.0162-19
итого за обед		830	29,91	39,23	75,63	785,69		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,24	1,35	-15,57	-8,27		
неделя 2 - я День 7 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	МР 2.4.0162-19
	Яйцо варёное ***	40	5,10	4,60	0,30	63,00	40	МР 2.4.0162-19
	Кукуруза сахарная	70	1,40	0,23	7,12	36,52	5	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР 2.4.0162-19
итого за полдник		330	8,73	8,433	44,76	295,00		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,67	-2,18	1,50	1,10		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	56,46	66,78	144,26	1418,08
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		-5,71	1,89	-22,93

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	38,65	47,66	120,39	1080,59
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %		-7,84	-0,83	-14,07

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	65,19	75,21	189,02	1713,08
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-7,31	-0,29	-21,43

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молоко можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

ПРИЛОЖЕНИЕ
12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 8 -й	ЗАВТРАК							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	МР 2.4.0162-19
	Каша гречневая с овощами	180	6,93	4,56	29,12	183,69	35	558/22
	Бефстроганов	100	18,00	20,11	5,58	210,00	55	МР 2.4.0162-19
	Компот из смеси сухофруктов	200	-	-	35,40	140,00	68	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром. п-т
итого за завтрак		570	27,17	28,14	82,97	703,18		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,90	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы { + / - } %			1,12	1,08	-3,63	-1,07		
неделя 2 -я День 8 -й	ОБЕД							
	Перец болгарский в нарезке	70	0,95	0,09	3,41	17,94	3	54-43/22
	Суп с крупой (пшенной)	250	3,50	5,19	18,51	126,79	19	МР 2.4.0162-19
	Рыба припущенная***	100	15,56	7,47	0,85	132,73	65	227/17
	Картофель тушёный	145	2,92	3,188	21,407	126,077	28	54/21
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	-	-	25,4	105,69	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром. п-т
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,90	79	53/22
итого за обед		895	27,39	21,44	94,69	691,86		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы { + / - } %			-8,67	-15,13	-10,67	-11,46		
неделя 2 -я День 8 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	МР 2.4.0162-19
	Печень тёртая	100	18,94	10,33	7,35	180,85	61	358/21
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	45,20	9	Пром. п-т
итого за полдник		310	19,95	12,03	48,52	378,05		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы { + / - } %			9,18	1,15	2,47	2,86		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		54,56	49,58	177,66	1396,04
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,54	-14,05	-14,35

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		47,34	33,47	143,21	1069,92
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %			0,52	-13,98	-8,20

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		74,51	61,61	226,18	1773,10
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %			1,64	-12,90	-11,88

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с миним. содержанием глютена).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 9 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	МР 2.4.0162-19
	Шницель рыбный(на пару)***	100	15,47	4,28	1,59	167,98	64	235/17
	Пюре картофельное/	110	2,38	3,67	16,59	114,58	23	МР 2.4.0162-19
	Капуста тушёная (сложный гарнир)	70	1,72	5,33	4,90	78,62	23	МР 2.4.0162-19
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за завтрак		570	23,42	16,802	57,51	493,401		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,48	-7,43	-10,22	-8,21		
неделя 2 -я День 9 -й	ОБЕД							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	5,00	1	МР 2.4.0162-19
	Борщ с картофелем	250	2,46	5,00	12,98	195,91	11	МР 2.4.0162-19
	Плов из риса с отварным мясом	200	16,30	18,50	38,80	390,86	59	МР 2.4.0162-19
	Отвар шиповника с сахаром	200	0,7	0,3	24,7	147,60	67	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,72	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	82,00	79	МР 2.4.0162-19
итого за обед		870	23,48	29,45	106,88	813,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-12,42	-47,72	-7,54	-7,32		
неделя 2 -я День 9 -й	ПОЛДНИК							
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	26	108,11	66	389/17
	Каша гречневая с овощами	150	5,54	3,80	24,27	153,98	35	668/22
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	40,20	9	Пром.пр.
итого за полдник		360	7,56	5,50	56,04	302,28		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,74	-4,90	4,40	0,29		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,90	48,26	164,39	1308,90
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		-14,90	-17,13	-17,76

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	31,03	34,95	162,92	1115,77
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %		-15,16	-12,61	-3,14

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,46	51,76	220,42	1609,17
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-17,64	-22,03	-13,36

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить)

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 10 -й	ЗАВТРАК							
	Рис с кукурузой и морковью	230	5,35	5,13	49,95	266,49	37	663/22
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	663/22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	62/22
итого за завтрак		570	11,76	12,11	98,41	666,77		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-13,69	-13,77	0,29	-6,06		
неделя 2 -я День 10 -й	ОБЕД							
	Горошек зелёный консервированный	70	1,98	0,11	4,08	25,78	4	64-203/22
	Суп "Минестроне"	250	2,569	4,11	21,99	93,77	16	249/22
	Котлета рубленая из птицы	100	24,53	10,52	1,00	198,02	45	515/22
	Картофель отварной и / соус сметанный с овощами	140	2,67	0,51	21,36	100,94	29	125/17
	Компот из смеси сухофруктов	35	0,38	3,04	1,03	32,81	29	322/17
	Хлеб безглютеновый *	200	2,03	0	31,69	128,2	69	64-144/22
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за обед		825	36,68	23,40	88,14	718,25		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,54	-13,32	-12,35	-10,56		
неделя 2 -я День 10 -й	ПОЛДНИК							
	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	20,2	84,80	65	335/17
	Голубцы ленивые с соусом	100 / 20	18,95	11,61	4,09	171,87	49	125/22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за полдник		340	21,98	15,010	35,83	349,16		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			11,13	3,91	-0,79	1,88		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	47,45	35,51	186,55	1276,03
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		-14,38	-27,09	-12,07

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	57,66	38,41	123,97	1067,41
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %		10,44	-9,41	-13,15

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	69,43	50,52	222,38	1624,18
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-3,24	-23,18	-12,85

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки")

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключать)

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молоко можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 11 -й	ЗАВТРАК							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,06	1	МР 2.4.0162-19
	Жаркое по - дормашнему	200	16,42	17,79	23,10	336,00	57	МР 2.4.0162-19
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР 2.4.0162-19
	Плоды свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,194	111,39	80	МР 2.4.0162-19
итого за завтрак		590	21,04	25,30	68,37	606,88		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,96	-1,68	-28,93	-127,87		
неделя 2 -я День 11 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	МР 2.4.0162-19
	Щи из свежей. капусты с картофелем	250	2,198	4,941	8,50	87,46	12	МР 2.4.0162-19
	Биточек рыбный*** и / соус	80/20	3,94	3,21	5,77	96,01	63	МР 2.4.0162-19
	Каша вязкая (пшённая)	180	4,77	5,10	26,40	170,38	33	МР 2.4.0162-19
	Молоко кипячёное ***	200	5,8	5,00	9,60	167,00	76	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	2,03	5,10	17,31	138,72	9	МР 2.4.0162-19
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,01	79	МР 2.4.0162-19
итого за обед		935	26,96	23,87	81,07	668,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-9,07	-12,87	-55,15	-360,16		
неделя 2 -я День 11 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	МР 2.4.0162-19
	Яйцо варёное***	40	5,10	4,60	0,30	63,60	40	МР 2.4.0162-19
	Кукуруза консервированная	70	1,4	0,23	7,117	36,92	5	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР 2.4.0162-19
итого за полдник		330	8,73	8,43	44,76	295,00		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,60	-2,18	-1,16	0,04		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	48,00	49,17	149,44	1265,37
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		-13,85	-14,43	-21,60

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	36,69	32,31	125,83	953,50
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %		-10,68	-15,06	-12,67

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	56,73	57,60	194,20	1560,38
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-15,45	-15,51	-20,10

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий,

безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки")

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключать)

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 12 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,92	0,12	2,68	14,93	3	54-40-22
	Птица тушёная в соусе	50 / 50	16,95	11,26	3,51	377,72	44	54-40-22
	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82	31	54-40-22
	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	29,2	84,80	66	54-40-22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром. п.
итого за завтрак		570	24,24	19,96	65,55	540,78		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,70	-6,50	-8,16	-6,60		
неделя 2 -я День 12 -й	ОБЕД							
	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,31	17,02	3	54-40-22
	Суп карт. с рыбой (минтай)	250	12,475	3,25	18,25	344,23	21	54-40-22
	Зразы рубленые	90	18,33	17,953	3,102	329,67	51	54-40-22
	Каша вязкая (рисовая) / и	130	2,22	5,61	23,03	123,51	24	54-40-22
	овощи припущенные	50	1,15	1,30	3,28	24,42	24	54-40-22
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	109,00	68	54-40-22
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром. п.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	54-40-22
итого за обед		920	31,65	31,70	113,59	877,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,57	-5,62	-5,81	-5,14		
неделя 2 -я День 12 -й	ПОЛДНИК							
	Какао с молоком ***	200	3,3	2,8	22,91	120,08	78	482-21
	Котлета пшеничная с морковью	120	4,11	8,05	20,99	172,13	39	54-40-22
	и / джем абрикосовый	30	0,149	0,0165	15,447	62,54	39	54-40-22
итого за полдник		350	7,55	10,96	59,34	361,34		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,74	0,16	5,25	2,29		
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			55,89	51,66	179,14	1418,27		
Норма по МР 2.4.0162-19.			62,40	64,74	233,52	1763,40		
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,26	-12,12	-13,97	-11,74		
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК			39,21	42,66	172,93	1238,83		
Норма по МР 2.4.0162-19.			46,80	48,56	175,14	1322,55		
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,30	-5,46	-0,57	-2,85		
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			63,44	62,62	238,49	1779,62		
Норма по МР 2.4.0162-19.			72,80	75,53	272,44	2057,30		
отклонение от нормы (+ / -) %			-9,00	-11,96	-8,72	-9,45		

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с мен. содержанием глютена).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.