

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет. с целиакией (с непереносимостью глютена)

Э/р/р	Наименование	Выход		Белки		Жиры		Углевод-оды		Энергетич Ценность		Витамины						Минеральные вещества					
		г	г	г	г	г	г	ккал	ккал	В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол/сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг					
	Первый день	Завтрак																					
ТК № 72	Каша жидкая молочная из риса с маслом	200	15.11	17.22	26	270.8	015	005	8.43	105	175.01	163.38	3.18	1.29	196.04								
ТК№48	Чай с молоком	200	1.54	1.63	28.05	106	007	005	057	20	12.09	58.1	16.32	003	46.71								
	Хлеб или хлебцы б/глутена	60	2.2	09	32.8	145.7	01	025	2	50	70	43.52	27.0	08	1.25								
	Фрукт	100	04	00	9	65	00	00	4.0	10	17.9	10	16	088	31								
	Итого	560	19.25	19.75	95.85	587.5	032	035	15	185	275	275	62.5	3.0	275								
		Обед																					
ТК№155	Салат из свежих помидор с растит.масл.	60,00	06	3.66	4.62	52.2	0,078	0,01	4.16	140	1.4	60	0025	0,035	013								
ТК№10	Суп из овощей	200,00	5.8	6.23	10.33	113.5	0,13	00	014	00	71	101.78	19.19	016	69.11								
ТК№68	Мясо отварное для первого блюда	6,00	1,20	0,20	0,00	6,51	0,012	00	0,04	00	1,26	25,74	2,59	0,30	31,60								
ТК№ 140	Картофель по-деревенски с мясом	170,00	16.79	16.56	17.34	388.5	008	023	1.52	55	107.74	121.8	12.2	2.21	82.81								
ТК№54	Компот из кураги	200,00	0,16	0,00	21.6	87	0,02	00	13,24	00	133,60	24,90	21,00	0,70	200,10								
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2.2	09	53.36	174.84	01	025	2	50	70	50.78	32.5	08	1.25								
	Итого	706	26.75	27.55	107.25	822.5	042	049	21	245	385	385	87.5	4.2	385								
	Полдник																						
	Кефир	200	3.3	2.5	3.5	98	006	01	1.4	00	87.91	86	5.83	019	41								
	Кондитерские изд.б/глутена	15	4.2	5.4	21	72	006	004	00	50	14.19	14	3.17	013	38								
	Фрукт	100	04	00	9	65	00	00	4.6	10	7.9	10	16	088	31								
	Итого	315	7.9	7.9	33.5	235	012	014	6.0	60	110	110	25.0	1.2	110								
	Всего		53.9	55.2	236.6	1645	086	098	42	490	770	770	175	8.4	770								

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (с непереносимостью глютена)

№ п/р	Наименование	Выход		Белки	Жиры	Углев- оды	Энергетич ценность ккал	Витамины					Минеральные вещества						
		г	г					В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг			
Второй день																			
Завтрак																			
ТТК№153	Запеканка из творога с морковью	185,00	16,65	19,25	24,73	273,8	0,22	0,1	0,0	116	198,4 2	205,26	29,1	1,27	186,47				
ТТК№94	Соус из кураги	50,00	0,0	0,0	19,6	103	0,0	0,00	1,47	9	6,58	16,43	1,16	0,93	50,62				
ТТК №46	Чай с сахаром с лимоном	200/10	0,0	0,0	16	65	0,00	0,0	11,53	0,0	0,0	9,79	5,24	0,00	36,66				
	Хлеб или хлебцы б/глютена	60,00	2,20	0,9	32,8	145,7	0,10	0,25	2	50	70	43,52	27,0	0,80	1,25				
	Итого	505	18,85	20,15	93,13	587,5	032	035	15	175	275	275	62,5	3	275				
Обед																			
ТТК№4	Овощи свежие порциями/отвар/	60,00	0,48	0,0	1,01	15,6	0,00	0,00	1,00	95	4,60	2,80	2,80	0,12	28,20				
ТТК №135	Суп картофельный с птицей	200/15	9,32	5,76	3,44	204,16	0,14	0,24	1,05	60	108,8 8	164,97	21,65	2,6	79,86				
ТТК№154	Овощи тушеные с мясом	170,00	15,35	20,59	37,12	337,9	0,18	0,0	3,62	40	185,5 2	159,71	20,55	0,48	73,69				
	Сок	200,00	0,00	0,0	12,94	90,00	0,00	0,00	13,33	0,0	16,00	14,00	10,00	0,20	202,00				
	Хлеб или хлебцы б/глютена	70	2,2	0,9	53,36	174,84	0,1	0,25	2	50	70	43,52	32,5	0,8	1,25				
	Итого	725	27,35	27,25	107,87	822,5	0,42	0,49	21	245	385	385	87,5	4,2	385				
	Полдник																		
	Молоко	200	3,3	2,5	3,5	98	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6				
	Кондитерские изделия б/глютена	15	4	5,4	21	105	0,05	0,03	0,67	30	15,94	18,41	5,96	0,2	38,73				
	Фрукт	100	0,4	0,0	9	32	0,02	0,02	2,08	0,0	11,7	11,67	4,35	0,3	25,67				
	Итого	315	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6	70	110	110	25,3	1,2	110				
	Всего		53,9	55,3	234,5	1645	086	098	42	490	770	770	175,3	8,4	770				

Лечебно-Диетическое меню для организации питания детей / 1 год 4 мес

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетическая ценность ккал	Витамины				Минеральные вещества								
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Третий день	Завтрак																	
ТТК№ 58	Шницель мясной	90,00	11,3	13,9	2,16	218,04	0,09	00	0,37	82	230,87	127,59	4,15	1,33	110,36				
ТТК№ 54	Кабачки тушеные с гречневой крупой	160,00	3,75	3,75	20,67	170,40	0,12	0,1	0,90	85	7,71	79,35	20,3	0,77	115,43				
ТТК №156	Соус сметанный с овощами	20,00	2,00	1,20	1,18	13,50	0,01	00	11,73	00	3,0	7,49	033	0,1	11,30				
ТТК№ 47	Чай с сахаром	200,00	00	0,00	16	65	0,00	00	00	00	8,05	9,79	5,24	0,00	36,66				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2,2	09	53,76	174,84	0,1	0,25	2	50	70	50,78	32,5	08	1,25				
	Итого	540	19,25	19,75	93,77	641,78	0,3	0,35	15	217	319,63	275	62,5	3	275				
		Обед																	
ТТК №4	Овощи натуральные свежие порциями /помидор/	60,00	0,12	0356	2,334	10,8	0,002	0,00	2,74	58	2,00	4,80	2,20	0,06	23,40				
ТТК № 137	Рассолыник (с рисовой крупой) со сметаной	200,00	5,49	7,70	15,50	165,63	0,02	00	2,93	00	52,70	81,35	4,94	0,36	16,51				
ТТК№ 142	Котлета рубленая из птицы	90,00	14,07	10,914	00	144,72	0,068	0,00	00	50	71,67	248,07	33,65	2,38	145,84				
ТТК№ 157	Картофельное пюре с маслом	160,00	4,39	7,78	18,60	150,73	0,13	0,15	0,16	25	39,00	00	0,00	0,10	47,00				
ТТК69	Компот из смеси с/фруктов	200,00	0,68	0,00	30,22	116,50	0,00	0,09	13,17	20	105,0	00	14,21	0,50	151				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2,2	09	53,36	174,84	0,1	0,25	2	50	70	50,78	32,5	08	1,25				
	Итого	780	26,95	27,65	120	763,22	0,32	0,49	21	203	340,37	385	87,5	4,2	385				
		Полдник																	
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,10	1,40	00	87,91	86,00	5,83	0,19	41,00				
	Кондитерские изделия без глютеновые	15	3,6	5,4	21	105	0,04	0,02	0,20	60	11,8	14,00	6,17	0,60	38,00				
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32,00	0,02	0,02	4,40	10	10,29	10,00	13,0	0,41	31,00				
	Итого	315	7,3	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110				
	Всего	53,5	55,3	55,3	247,27	1640	0,74	0,98	42,0	490	770	770	175	8,4	770				

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (непереносимостью глютена)

№ п/р	Наименование	Выход		Белки	Жиры	Углев- оды	Энергетич ценность	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г					г	г	ккал	В1, мг	В2 мг	С мг	А, рети- экви- вал- /сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг		
Четвертый день																					
Завтрак																					
ТТК№ 82	Каша жидкая молочная из крупы пшенной с куратой	190,00	8,51	10,82	22,5	247,8	0,11	0,042	12,43	62	167,8	160,38	12,24	1,95	148,37						
ТТК№ 62	Дйцо вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67						
ТТК№ 48	Чай с молоком	200,00	1,54	1,63	28,05	106	0,07	0,005	0,57	20	12,09	58,1	16,32	0,03	46,71						
	Хлеб или хлебцы б/глутена	60,00	2,20	0,90	32,8	145,7	0,10	0,25	2	50	70	43,52	27	0,8	1,25						
	Итого	500	19,25	19,75	83,75	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3	275						
Обед																					
ТТК№7	Салат "Здоровье"	60	1,54	3,29	4,62	55,00	0,02	0,02	2,46	80	35,10	20,95	6,28	0,08	31,20						
ТТК 158	Суп картофельный с рыбой	200/20	5,8	10,0	16,0	176,0	0,11	0,13	1,49	105	50,1	145	23,5	0,20	55,61						
ТТК№136	Кабачок с овощами тушеные с мясом	180,00	17,21	13,46	23,47	336,66	0,17	0,09	1,72	00	136,7	145,37	7,22	2,42	108,54						
ТТК № 58	Напиток из плодов шиповника	200,00	0,2	0,00	19,8	80,00	0,02	0,00	13,33	10	93,10	22,90	18,00	0,70	188,40						
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2,2	0,9	53,36	174,84	0,1	0,25	2	50	70	50,78	32,5	0,8	1,25						
	Итого	730	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21	245	385	385	87,5	4,2	385						
Полдник																					
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44,00	13,00	0,41	15,65						
	Сок	200,00	0,00	0,00	17,40	90,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	89,40						
	Творожок б/глутена	100,00	7,30	7,90	7,10	113,0	0,10	0,12	0,02	60	57,61	52,00	2,00	0,59	4,95						
	Итого	400	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110						
	Всего		53,9	55,3	234,5	1645	0,84	0,98	42	490	770	770	175	8,4	770,0						

Лечебно – диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (с непереносимостью глютена)

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетич ценность	Витамины					Минеральные вещества						
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, рети.экв/ сут	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг			
	Пятый день																	
	Завтрак																	
ТТК№70	Каша вязкая молочная Гречневая с изюмом	200,00	12.01	15.15	34.95	334.8	0,22	0,09	00	112	180	221.89	22.76	2.13	219,69			
ТТК№14	Сыр порционными без глютена	20	5.04	3.7	00	42	00	001	00	13	144.15	00	7.5	007	17.4			
ТТК№46	Чай с сахаром с лимоном	200/20	00	0,00	16	65	0,00	00	13.0	00	00	9.79	5,24	0,00	36,66			
	Хлеб или б/глутена	60,00	2.2	09	32.8	145.7	01	025	2	50	70	43.52	27	08	1.25			
	Итого	500	19.25	19.75	83.75	587.5	032	035	15	175	394.15	275	62.5	3	275			
			Обед															
ТТК№114	Салат «Заря»	60,00	0,4	5.12	4.2	64	0,00	0,00	2,74	70	2,00	4.80	2,20	0,06	23,40			
ТТК№160	Борщ “Сибирский” со сметаной	200,00	4,85	4,10	15,24	164,00	0,06	0,08	1,15	27	78,56	61,46	5,15	0,17	49,97			
ТТК№152	Людя-Кебаб	90,00	15.22	6.9	7.82	205.9	0,00	0,01	00	62	40.69	189.44	25.05	2.69	60.39			
ТТК№161	Рагу из овощей	150,00	4.28	10,63	16,13	118.76	0,16	0,14	2.12	36	56	48.95	12,60	0,16	47,99			
	Сок	200,00	00	0,00	21,00	95,00	0,1	0,01	12.99	00	18.6	29.57	10,00	0,32	202			
	Хлеб или б/глутена	70	2.2	09	53.36	174.84	01	025	2	50	70	50.78	32.5	08	1.25			
	Итого	770	26.95	27.65	117.75	822.5	042	049	21	245	265.85	385	87.5	4.2	385			
			Полдник															
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,10	1,40	00	87,91	86,00	5,83	0,19	41,00			
	Кондитерские изделия. б/глутена	15,00	4,00	5,40	21,00	105	0,04	0,020	0,42	60	10.62	12,00	6.13	0.53	34			
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	4,18	10	11.47	12,00	13,04	0,48	35			
	Итого	315	7.7	7.9	33.5	235	0.12	0.14	6.0	70	110.0	110.0	25.0	1.2	110			
	Всего		53.9	55.3	235	1645	086	098	42	490	770	770	175	8.4	770			

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (непереносимостью глютена)

№ п/р	Наименование	Выход				Углевод-оды	Энергетич-ценность ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г			В1, мг	В2, мг	С, мг	А, ретиэкв /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг					
	Шестой день	Завтрак																			
ТТК№143	Омлет с кукурузой	200,00	15.51	20.52	9.46	322	0,15	004	12.01	65	188.75	163.38	26.25	2.55	174.04						
ТТК№48	Чай с молоком	200,00	1.54	1.63	28.05	106	0,07	005	0.57	20	12.09	58.1	16.32	0,03	46.71						
ТТК №144	Чернослив припущенный	40	00	00	4.1	45	00	00	0.42	40	4.16	10	3.17	01	53						
	Хлеб или хлебцы б/глутена	60,00	2.20	0,90	32.8	145.7	0,1	0,25	2	50	70	43.52	27	0,8	1.25						
	Итого	500	19.25	23.05	74.41	618.7	0,32	0,34	15.0	175	275	275	72.74	3.48	275						
		Обед																			
ТТК №5	Салат "Свеколка"	60,00	1,00	2,45	3,44	56,00	0,02	0,030	0,98	00	28,80	22,58	5,03	0,02	56,23						
ТТК№19	Суп картофельный с гречневой крупой с птицей	200/20	7,9	7,30	10,80	126,65	0,00	0,030	0,48	13	18,31	176,53	6,72	002	127,42						
ТТК №145	Рыба запеченная с помидорами	90,00	15.35	11.7	6.94	175.11	022	0,12	2,77	170	121.2	70.32	10.42	1.91	0,00						
ТТК 25	Картофель отварной	150,00	3,60	4,50	29,35	171,70	0,01	006	0,00	2	8,90	39,89	4,03	0,27	0,00						
ТТК№68	Компот из яблок	200,00	00	0,00	21,60	87,00	0,02	00	3,24	00	133,6	24,90	21,00	0,70	200,10						
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2.2	09	53.36	174.84	01	025	2	50	70	50.78	32.5	08	1.25						
	Итого	810	30.05	26.85	125.49	791.3	037	0,49	19.47	235	380.81	385	79.7	3.72	385						
		Полдник																			
	Сок	200,00	00	00	11.8	92,00	00	00	3,25	30	94,79	80,82	15,02	0,70	45,6						
	Кондитерское изделие б/глутена	15	4.2	5.4	11	72	006	004	00	50	14.19	14	3.17	013	38						
	Фрукт	100,00	0,40	-	11,80	71,00	0,04	0,02	4,28	00	5,21	15,18	4,38	0,37	26,4						
	Итого	315	4.6	5.4	34.6	235	01	006	7.53	80	114.19	110	22.57	1.2	110						
	Всего		53.9	55.3	234.5	1645	079	089	42.0	490	770	770	175	8.4	770						

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (не переносимостью глютена)

№ р/р	Наименование	Выход				Завтрак				Энергетич ценность ккал	Витамины						Минеральные вещества					
		г	г	г	г	Белки	Жиры	Углев- оды	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, рети- экв /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг			
	Сельмой день																					
ТТК№72	Каша жидкая молочная из риса с курагой	170	5.01	8.75	26	246.8	0.15	0.082	13.0	21	57.7	156.21	15.82	1.273	141.02							
ТТК №146	Сыр порцирами б/глутена	20,00	5.04	3.7	00	42	00	0.01	0.24	61	122.2	00	7.5	0.07	17.4							
ТТК № 62	Яйцо вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67							
ТТК №47	Чай с сахаром	200	00	0,00	16	65,00	0,00	00	00	00	00	9,79	5,24	00	36,66							
	Хлеб или хлебцы б/глутена	60,00	2.2	09	32.8	145.7	0.10	0.25	2	50	70	43.52	27	0.80	1.25							
	Итого	500	19.25	19.75	75.2	587.5	0.27	0.35	15	175	275	222.52	62.5	2.36	275							
		Обед																				
ТТК№ 162	Салат из свежей или квашенной капусты	60,00	0,61	5,07	9,14	84	00	00	4,0	95	1,6	2,80	003	0,1	28,2							
ТТК№ 169	Суп по - уральски (крупной из пшена)	200.	8.24	6	8.87	177.16	0.17	00	3.21	40	91.88	224.19	20.24	3.13	79.86							
ТТК№125	Запеканка из овощей с мясом	170,00	15.22	15.68	15.61	270.0	0.18	0.24	8.62	40	116.52	159.71	20.55	0.31	124.69							
ТТК№69	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,68	00	30,22	116,50	00	00	3,17	20	105,0	0,00	14,21	0,50	151							
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2.2	09	53.36	174.84	01	0.25	2	50	70	50.78	32.5	08	1.25							
	Итого	725	26.95	27.65	117.2	822.5	0.45	0.49	21	245	385	437.48	87.5	4.84	385							
		Полдник																				
	Сок	200,00	0,00	0,00	11,80	92,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	79,60							
	Кондитерское изделия б/глутена	15	7,30	7,90	11,0	91,00	0,08	0,12	1,58	70	78,79	80,82	10,62	0,80	19,80							
	Фрукт	100,00	0,40	-	9,00	52,00	0,04	0,02	2,62	00	15,21	15,18	4,38	0,20	10,60							
	Итого	315	7.7	7.9	31.8	235	0.12	0.14	6.0	70	110.0	110.0	25.0	1.2	110							
	Всего		53.9	55.3	224.2	1645	0.84	0.98	42	490	770	770	175	8.4	770							

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (не переносимостью глютена)

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетич. ценность	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рети. экв /сут	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Восьмой день	Завтрак																		
ТТК№164	Запеканка из творога	180,00	16,65	18,85	17,79	273,8	0,2	0,1	00	106	198,4	205,26	29,1	1,27	186,47					
ТТК №163	Соус из яблок	47,00	0,00	0,00	17,16	103	0,00	0,00	1,47	9	6,58	16,43	1,16	0,93	50,62					
ТТК№46	Чай с сахаром с лимоном	200/16	00	00	16	65	0,0	00	13,06	00	00	9,79	5,24	00	36,66					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	60	2,2	09	32,8	145,7	01	025	2	50	70	43,52	27	08	1,25					
	Итого	503	18,85	19,75	83,75	593,5	03	035	16,53	165	275	275	62,5	3,	275					
ТТК№117	Салат «Пестрышка»	60	072	3,1	7,19	59	0,02	0,01	0,93	90	1,12	10,86	0,02	0,08	0,10					
ТТК№148	Борщ с картошкой капустой со сметаной	200,00	5,89	9,00	21,10	166,50	0,060	0,01	4,25	20	63,78	36,26	8,51	0,06	138,38					
ТТК№147	Рыба запеченная с овощами	100,00	13,87	6,87	5,88	193,25	0,11	007	1,86	48	195,1	273,1	36,47	2,96	118,67					
ТТК№157	Картофельное пюре с маслом	150,00	4,27	7,78	18,60	132,91	0,13	0,15	0,16	25	39,00	0,00	0,00	0,10	47,00					
	Сок	200,00	0,00	0,00	11,80	90,00	0,00	0,00	11,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	79,60					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2,2	09	53,36	174,84	01	025	2	50	70	50,78	32,5	08	1,25					
	Итого	780	26,95	27,65	117,93	816,5	042	049	21	245	385	385	87,5	4,2	385					
		Полдник																		
	Молоко	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,70	45,60					
	Кондитерские изд. б/глуте	15,00	4,00	5,40	21,00	105	0,05	0,03	00	40	14,16	20,75	7,42	0,20	38,73					
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	2,75	00	13,48	9,33	2,59	0,30	25,67					
	Итого	315	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	80	110,0	110,0	25,0	1,2	110					
	Всего		53,5	55,3	235,18	1645	084	098	43,53	490	770	770	175	8,4	770					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (с непереносимостью глютена)

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетич ценность ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг					
	Девятый день	Завтрак																		
ТТК№ 76	Зразы рубленые в молочном соусе	90,00	13.3	15.1	2.35	181.4	0,04	0,005	00	65	180	108.13	0001	093	121.66					
ТТК № 166	Гречка отварная	150	3.75	3.75	35.41	170.4	016	0095	09	60	9	109.35	20.0	1.27	115.43					
	Сок	200	00	0,00	12.94	90	0,00	00	12.4	00	16	14	10	000	36.66					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	60	2.2	09	32.8	145.7	01	025	2	50	70	43.52	27	08	1.25					
	Итого	500	19.25	19.75	83.5	587.5	0,3	0,35	15.3	175	275	275	62.5	3.0	275					
		Обед																		
ТТК№1	Винегрет овощной	60,00	1.3	4.3	4,2	54,00	0,01	0,02	2,61	00	30,17	28,58	7,60	0,02	45,65					
ТТК№124	Суп картофельный с бобовыми с птицей	200/10	5,80	10.0	16,0	176.0	0,11	0,12	1,49	95	44,7	60,67	11,51	0,20	52,80					
ТТК№ 149	Запеканка картофельная с мясом	160,00	17.65	12.05	11.3	307.66	0,20	0,1	1.8	100	214.13	231.07	25.89	3.08	83.34					
ТТК №168	Компот из чернослива	200,00	0,00	0,00	24.89	110,0	0,00	0,00	13.1	00	26,0	14,00	10,00	0,10	202,00					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2.2	09	53.36	174.84	01	025	2	50	70	50.78	32.5	08	1.25					
	Итого	700	26.95	27.25	109.75	822.5	042	049	21	245	385	385	87.5	4.2	385					
		Полдник																		
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,1	1,4	00	87,91	86	5,83	0,712	41,0					
	Кондитерские изделия б/глутена	15,00	4,00	5,40	18,20	85,00	0,02	0,02	1,98	70	11,88	14,4	14,79	0,288	30,1					
	Фрукт	100,00	0,40	00	11,80	52,00	0,04	0,02	2,62	00	10,21	9,6	4,38	0,20	38,90					
	Итого	315	7.7	7.9	33.5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110					
	Всего		53.9	54.9	226.75	1645	084	098	42.3	490	770	770	175	8.4	770					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (с непереносимостью глютена)

№ p/r	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углев-оды	Энергетич ценно сть	Витамины							Минеральные вещества						
		д					г	г	г	ккал	В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол в/сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	
	Десятый день						Завтрак													
ТТК№152	Каша жидкая молочная из крупы пшенной с изюмом	200,0	8.51	10.82	22.5	247.8	0,11	0,042	00	62	167.81	160.38	12.24	1.95	148.37					
ТТК№ 62	Яйцо вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67					
ТТК№ 48	Чай с молоком	200,0	1.54	1.63	28.05	106	0,07	005	057	20	12,09	58,1	16,32	0,03	46,71					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	60	2.2	09	32.8	145.7	01	025	2	50	70	43.52	27	08	1.25					
	Итого	510	19.25	19.75	83.75	587.5	03	035	2.57	175	275	275	62.5	3	275					
	Обед																			
ТТК№ 4	Овощи натуральные свежие порциями / помидор/	60,00	012	0356	2.334	10.8	00	00	2,74	58	2,00	4,80	2,20	0,06	23,40					
ТТК№137	Расоольник (с рисовой крупой)со сметаной	200,0	5,49	7,70	15,50	144.39	0,02	00	1.39	00	52,70	81,35	4,94	0,36	16,51					
ТТК№ 138	Поджарка из филе птицы с зеленым горошком	90,0	16.95	10.694	00	235.07	0,16	0,005	00	92	68.94	143.82	14.26	2.11	28.31					
ТТК№ 139	Картофель запеченный с баклажаном	150,0	1.15	10.63	16.126	170.4	0,12	0,075	14.2	45	57.76	79.35	12.6	0,17	115,43					
ТТК№ 54	Компот из кураги	200,0	0,16	0,00	21,60	87	0,02	0,16	13,24	0,00	133,6	24,90	21,00	0,70	200,10					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2.2	09	53.36	174.84	01	025	2	50	70	50.78	32.5	08	1.25					
	Итого	770	26.95	30.28	108.92	822.5	042	049	33.57	245	385	385	87.5	4.2	385					
			Полдник																	
	Молоко	200,0	3.3	2.5	3.5	98,0	0,05	0,09	1.4	40	82.36	79.92	14.99	0,7	45,6					
	Кондитерское изделие б/глутена	10	4.0	2.77	29.33	85	005	003	00	20	6.88	14	3.17	013	33,4					
	Фрукт	100,0	0,40	-	9,00	52,00	002	002	4,6	10	20,76	16,08	6,84	0,37	31					
	Итого	315	7.7	5.27	41.83	235	012	014	6.0	70	110	110	25	1.2	110					
	Всего		53.9	55.3	234.5	1645	084	098	42	490	770	770	175	8.4	770					

Лечебное-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет. с целиакией (непереносимостью глютена)

№ п/р	Наименование	Выход			Белки			Жиры			Углев-оды			Энергетич			Витамины						Минеральные вещества					
		г	г	г	г	г	г	г	ккал	ккал	ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рет.экв /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг								
	Одннадцатый день																											
	Завтрак																											
	Творожок 6/глютена	100	7.3	7.9	7.1	113	0.01	00	002	60	57.61	52	2	059	4.95													
ТТК№78	Плов фруктовый	150	4.61	7.25	27.85	221.8	0.19	009	1.99	52	15.84	169.69	20.76	1.54	214.74													
ТТК №146	Сыр порциями 6/глютена	20,00	5.04	3.7	00	42	0,00	0,01	0,24	13	144.15	0,00	7.5	0,07	17.4													
ТТК№ 46	Чай с сахаром с лимоном	200/5	01	00	16.	65	0,0	00	10.75	00	00	9.79	5.24	00	36.66													
	Хлеб или хлебцы 6/глютена	60	2.2	09	32.8	145.7	01	025	2	50	70	43.52	27	08	1.25													
	Итого	535	19.25	19.75	83.75	587.5	03	035	15	175	287.6	275	62.5	3.0	275													
	Обед																											
ТТК№4	Овощи натуральные свежие порциями /отуец/	60	048	00	1.01	15.6	0,00	0,00	1.0	95	4,6	2.8	2.8	0,12	28.2													
ТТК№15	Борщ "Сибирский" со сметаной	200,00	4.85	4.10	15.24	164,00	0,06	0,08	1,15	24	78,56	61,46	5,15	0,07	49,97													
ТТК№ 79	Мясо тушенное в молочном соусе	90,00	15,43	14,47	7.1	203.15	0,13	001	2,81	51	156.84	255.96	37.05	3.01	162.58													
ТТК№ 157	Картофельное пюре с маслом	150,00	4.27	7.78	18.6	132.91	013	015	016	25	39	00	00	01	47													
	Сок	200,00	0,00	0,00	21.94	132.	0,00	0,00	13.9	0,00	26,00	14,00	10,00	0,10	96,00													
	Хлеб или хлебцы 6/глютена	70	2.2	09	53.36	174.84	01	025	2	50	70	50.78	32.5	08	1.25													
	Итого	770	27.23	27.25	117.25	822.5	042	049	21	245	375	385	87.5	4.2	385													
	Подник																											
	Кефир	200,00	3,70	2,50	3,50	98,00	0,06	0,11	1,00	0,00	87,94	98,00	5,83	0,22	41,00													
ТТК№	Кондитерские изделия 6/глютена	15,00	3,60	5,40	21,00	85,00	0,04	0,0100	0,40	60	4,16	2,00	3,17	0,10	38,00													
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	52,00	0,02	0,02	4,60	10	17,90	10,00	16,00	0,88	31,00													
	Итого	315	7.7	7.9	33.5	235	0.12	0.14	6.0	70	110.0	110.0	25.0	1.2	110													
	Всего		54.18	54.9	234.5	1645	0.84	0.98	42	490	772.6	770	175	8.4	770.0													

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с целиакией (непереносимостью глютена)

№ р/р	Наименование	Выход		Белки	Жиры	Углев-оды	Энергетич ценность	Витамины							Минеральные вещества				
		г	г					г	г	ккал	В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол/сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг
	Двенадцатый день		Завтрак																
ТТК № 80	Каша молочная «Дружба»(из пшена и риса)	200,00	10,05	10,82	32,95	298,5	0,16	0,02	0,00	85	179,9	205,26	23,32	1,98	158,42				
ТТК №62	Ййно вареное	1/50	7,0	6,4	04	88	0,02	0,08	0,00	40	25,1	13,0	6,94	0,22	78,67				
ТТК №46	Чай с сахаром с лимоном	200/15	00	00	16.	65	00	00	12,76	00	00	9,79	5,24	00	36,66				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	60	2,2	09	32,8	145	01	025	2	50	70	43,32	27	08	1,25				
	Итого	525	19,25	19,25	82,75	587,5	0,3	0,35	14,76	175	275	271,37	62,5	3,0	275				
			Обед																
ТТК № 7	Салат «Витаминный»	60,00	1,00	2,42	5,34	61,00	0,02	0,02	0,40	00	6,90	13,04	2,99	0,07	19,49				
ТТК№8	Суп картофельный с фасолью	200,00	7,43	6,30	19,28	143,4	0,10	0,075	0,14	110	14,09	50,6	3,01	0,16	139,86				
ТТК№ 66	Птица отварная для первого блюда	5,00	0,36	0,06	0,00	1,95	0,01	00	0,04	00	1,26	25,78	1,59	0,03	31,60				
ТТК№ 81	Рыба припущенная с овощами	100,00	9,7	10,19	3,3	193,55	0,17	0,025	1,76	35	172,97	143,19	18,15	1,14	41,8				
ТТК№82	Капустя тушенная с яблоком	160,00	5,58	7,78	6,75	131,26	0,02	0,03	13,49	20	14,78	105,24	15,05	1,5	0,00				
ТТК№69	Компот сухофруктов	200,00	0,68	0,00	30,22	116,5	0,00	0,09	3,17	20	105	00	14,21	0,5	151				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	70	2,2	09	53,36	175,84	01	025	2	50	70	50,78	32,5	08	1,25				
	Итого	795	26,95	27,65	118,25	822,5	0,42	0,49	21,0	235	385	385,0	87,50	4,2	385				
			Полдник																
	Молоко	200	3,3	2,5	3,5	98	005	009	3,25	40	82,36	79,92	14,99	07	45,6				
	Кондитерские изделия б/глутена	15	4,0	5,4	21	105	005	003	067	30	4,16	2	3,17	02	48,75				
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	2,08	10	23,48	31,08	6,84	0,3	15,65				
	Итого	315	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	80	110,0	110,0	25,0	1,2	110				
	Всего		53,9	54,8	234,5	1645	084	098	41,76	490	770	770	175	8,4	770				

Лечебно – диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с целиакией (с непереносимостью глютена)

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетич ценность ккал	Витамины						Минеральные вещества						
		г	г	г	г		Углев- оды	В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг			
	Первый день	Завтрак																	
ТТК №72	Каша жидкая молочная из риса с маслом	250	18.16	20.37	27	333	018	005	10.93	145	192.09	180.9	10.18	2.79	201.04				
ТТК№48	Чай с молоком	200	1.54	1.63	28.05	106	007	005	057	20	12.09	58.1	16.32	003	46.71				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2.4	1.0	54.4	176	01	03	2	50	70	51	32.5	08	1.25				
	Фрукт	100	04	00	9	65	00	00	4.0	10	17.9	10	16	088	31				
	Итого	630	22.5	23	118.45	680,0	0,35	0,4	17,5	225	292,08	300,0	75,0	4,5	280				
		Обед																	
ТТК№155	Салат из свежих помидоров с растит. маслом	100	1.0	6.1	7.7	87	0082	0021	4.16	160	1.6	60	003	004	014				
ТТК№10	Суп из овощей	250,00	6	6.87	13.91	141.88	0136	00	1.69	00	113.46	115.8	29.48	1.07	143.75				
ТТК№68	Мясо отварное для первого блюда	6,00	1.20	0,20	0,00	6,51	0,012	00	0,04	0,00	1,26	25,74	2,59	0,30	31,60				
ТТК№140	Картофель по деревенски с мясом	200,00	20.74	18.03	20.39	453.61	014	0239	3.37	105	108	142.56	19.4	3.39	83				
ТТК№54	Компот из кураги	200,00	0,16	0,00	21,60	87,00	0,02	00	13,24	0,00	133,60	24,90	21,00	0,70	200,10				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2.4	1	54.4	176	01	03	2	50	70	51	32.5	08	1.25				
	Итого	836	31.5	32.2	118	952	0,49	0,56	24,5	315	427,92	420,0	105,0	6,3	459,84				
		Полдник																	
	Кефир	200,00	3,70	2,50	3,50	98,00	0,06	0,1	1,4	0,00	87,9	86	5,83	0,19	41,00				
	Кондитерские изделия б/глутен	17	4,90	6,70	25,80	122,00	0,06	0,04	1,0	80	14,19	24	8,17	0,73	38,16				
	Фрукт	135,00	0,40	0,00	9,00	52,00	0,02	0,02	4,60	10	17,90	10,00	16,00	0,88	31,00				
	Итого	352	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	110,16				
	Всего		63	64,4	274,75	1904	098	1,12	49	630	840	840	210	12,6	850				

Лечебно-Диетическое Меню для организации питания детей 12-18 лет с целиакией (не переносимостью глютена)

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетич ценность ккал	Витамины							Минеральные вещества							
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг						
	Второй День																				
	Завтрак																				
ТТК№153	Запеканка из творога с морковью	200,00	19,28	22,0	25	321,8	025	01	00	143	220,73	222,78	35,91	1,88	213,7						
ТТК№94	Соус из куряти	70,00	0,00	0,00	19,7	117,20	0,00	0,00	1,47	10	9,27	16,43	1,35	1,62	51,0						
ТТК №46	Чай с сахаром с лимонном	200/15	00	0,00	16,00	65,00	0,00	00	12,76	0,00	00	9,79	5,24	0,00	36,66						
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2,4	1,0	64,4	176	01	03	2	50	70	51	32,5	08	1,25						
	Итого	565	22,5	23,0	115,1	680,0	0,35	0,4	16,23	203	300,0	300,0	75,0	4,3	302,61						
			Обед																		
ТТК№4	Овощ свежие порциями /огурец/	100	08	00	1,68	26	00	00	1,25	100	5,75	3,0	3,6	015	35,25						
ТТК№135	Суп картофельный с птицей	250/15	11,0	7,66	4,3	296,34	019	026	3,76	102	142,03	180,63	36,77	3,63	94,84						
ТТК№ 154	Овощи тушеные с мясом	200,00	17,3	23,54	41,69	363,66	02	00	4,16	63	186,22	171,37	22,13	1,72	86,66						
	Сок	200,00	0,00	0,00	12,94	90,00	0,00	0,00	13,33	0,00	16,00	14,00	10,00	0,20	202						
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2,4	1	54,4	176	01	03	2	50	70	51	32,5	08	1,25						
	Итого	845	31,5	32,2	115,01	952	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,5	420,0						
			Полдник																		
	Фрукт	130	0,40	-	11,80	52,00	0,04	0,02	2,62	0,00	15,21	15,18	4,38	0,20	38,90						
	Молоко	200	3,30	2,50	3,50	98,00	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,70	45,60						
	Безглютеновая выпечка или кондитерское изделия б/глутена	20	5,30	6,70	23,00	122,00	0,05	0,05	1,13	50	22,43	24,90	10,63	0,90	35,50						
	Итого	350	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0						
	Всего		63,	64,4	268,4	1904	0,98	1,12	47,73	608	840,0	840,0	210,0	12,6	842,61						

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с целиакией (с непереносимостью глютена)

p/p	Наименование	Выход				Энергетич ценность	Витамины					Минеральные вещества						
		г	г	г	г		ккал	B1, мг	B2 мг	C мг	A, рети.кв. /сут	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг		
	Третий день	Завтрак																
ЖК№58	Шницель мясной	100,00	13,10	16,40	2,40	265,7	0,11	00	047	90	247,93	150	8,97	1,96	111,96			
ЖК№54	Кабачки тушеные с гречневой крупой	190,00	4,40	4,60	23,37	195,1	0,13	0,18	1,8	125	9,25	81,45	27,36	1,63	138,52			
Ж №156	Соус сметанный с овощами	25,00	2,4	1,20	1,18	17,50	0,01	00	13,23	00	3,77	7,76	0,93	0,11	11,61			
ЖК№47	Чай с сахаром	200,00	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	00	00	00	8,05	9,79	5,24	0,00	36,66			
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2,40	1,0	54,4	176	0,10	03	2	50	70,00	51	32,5	08	1,25			
	Итого	595	22,5	23,2	97,35	719,3	0,35	0,48	17,5	265	339,0	300,0	75,0	4,5	300			
		Обед																
Ж №4	Овоши натурал. свежие порциями-/ помидор/	100	02	059	3,89	18	00	00	3,15	90	2,50	6,00	2,75	0,09	29,25			
Ж №137	Рассолыник(с рисовой крупой) со сметаной	250,00	7,68	8,63	16,46	207,03	0,025	00	5,99	00	77,27	107,23	8,46	0,75	21,34			
ЖК№142	Котлета рубленая из птицы	100,00	14,66	12,44	00	191,88	0,077	00	00	90	72,0	255,77	47,08	3,82	160,76			
ЖК№157	Картофельное пюре с маслом	190,00	5,88	9,34	23,32	159,49	0,15	0,29	0,19	30	54,23	0,00	0,00	0,34	56,40			
ЖК№69	Компот из смеси с/фруктов	200,00	0,68	0,00	30,22	116,50	0,00	00	13,17	20	105,00	0,00	14,21	0,50	151			
	Хлеб или хлебцы б/глутена	90,00	2,40	1.	54,4	218,8	0,10	0,3	2	50	70,00	51	32,5	08	1,25			
	Итого	930	31,5	32,0	128,29	911,7	035	057	24,5	280	381	420	105	6,3	420			
		Полдник																
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,10	1,40	00	87,91	86,00	5,83	0,19	41,00			
	Безглютеновая выпечка или кондитерское изделие б/глутена.	18	5,30	6,70	25,80	122,00	0,06	0,04	1,20	80	15,70	20,5	11,17	1,20	48,00			
	Фрукт	135,00	0,40	0,00	9,00	52,00	0,02	0,02	4,40	10	16,39	13,5	13,00	0,41	31,00			
	Итого	353	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0			
	Всего		63	64,4	263,94	1860,2	084	1,21	49	635	840	840	210	12,6	840,0			

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с целиакией (не переносимостью глютена)

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетич ценность	Витамины					Минеральные вещества						
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2 мг	С мг	А, рети- н/сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг		
Четвертый день																		
Завтрак																		
ТТК№82	Каша жидкая молочная из крупы пшенной с курагой	230,00	12,86	15,27	25	310	016	0042	14,93	112	192,81	177,9	19,24	3,45	173,37			
ТТК№62	Яйцо вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67			
ТТК№48	Чай с молоком	200,00	1,54	1,63	28,05	106	0,07	0,05	0,57	20	12,09	58,1	16,32	0,03	46,71			
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2,4	1,0	54,4	176	01	03	2	50	70	51	32,5	08	1,25			
	Итого	560	23,8	24,3	107,85	680	035	04	17,5	225	300	300	75	4,5	300			
Обед																		
ТТК№7	Салат "Здоровье"	100,00	4,20	5,40	5,0	78,00	0,03	0,03	4,43	110	42,30	29,70	8,40	0,14	52,00			
ТТК№158	Суп картофельный с рыбой	250/20	7,2	11,3	23,95	220	0,17	0,14	1,69	145	57	165,7	30	0,30	60,47			
ТТК№136	Кабачок с овощами тушенными с маслом	200,00	17,5	14,5	23,5	398	0,19	0,09	3,05	00	157,6	150,7	16,1	4,36	117,88			
ТТК №58	Напиток из плодов шиповника на заменителе сахара.	200,00	0,2	0,00	19,8	80,00	00	00	13,33	10	93,10	22,90	18,00	0,70	188,40			
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2,4	1	54,4	176	0,1	0,3	2	50	70	51,00	32,5	08	1,25			
	Итого	850	31,5	32,2	126,65	952	049	056	24,5	315	420	420,0	105	6,3	420,0			
Полдник																		
	Фрукт	100,0	0,40	0,00	9,00	69	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44,00	13,00	0,41	15,65			
	Сок	200,00	0,00	0,00	17,40	90,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	89,40			
	Творожок б/глутена	100	7,3	7,9	7,1	113	0,12	0,14	1,02	80	67,61	62,00	7,00	1,19	14,95			
	Итого	400	7,7	7,9	33,5	272	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0			
	Всего	63	63	64,4	268	1904	098	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840			

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с целиакией(с непереносимостью глютена)

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетич ценность ккал	Витамины					Минеральные вещества							
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол/ сут	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Пятый день																		
		Завтрак																	
ТТК №70	Каша вязкая молочная гречневая с изюмом	250	15,06	18,4	36	397	0,25	0,09	00	162	185	239,21	29,76	3,63	244,69				
ТТК№146	Сыр порционными б/глутена	20	5,04	3,7	00	42	00	001	00	13	144,15	00	7,5	007	17,4				
ТТК№46	Чай с сахаром с лимоном	200/25	00	0,00	16,00	65,00	0,00	00	15,5	0,00	00	9,79	5,24	0,00	36,66				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2,4	1	54,4	176	0,1	03	2	50	70	51	32,5	0,8	1,25				
	Итого	575	22,5	23,1	106,4	680	035	04	17,5	225	399,15	300	75,0	4,5	300				
		Обед																	
ТТК №114	Салат «Заря»	100,00	07	6,68	7,0	76	00	0,00	3,74	90	2,5	4,8	2,6	0,08	23,4				
ТТК№ 160	Борщ "Сибирский" со сметаной	250,00	5,94	5,13	18,05	182,02	0,06	0,09	1,44	30	80,93	63,83	6,44	017	59,46				
ТТК№152	Плод-кебаб	100,00	16,16	6,9	7,82	213,59	00	001	0,00	100	64,97	210,5	32,34	4,74	62,87				
ТТК№ 161	Рагу из овощей	200,00	6,3	12,76	25,77	209,39	0,2	0,16	4,33	45	83,85	60,3	21,12	0,19	73,59				
	Сок	200,00	00	00	21	95	0,1	0,00	12,99	00	18,6	29,57	10	032	202,0				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2,4	1,0	54,4	176	01	03	2	50	70	51	32,5	08	1,25				
	Итого	930	31,5	32,2	130	952	0,49	0,56	24,5	315	320,85	420	105	6,3	420,0				
		Полдник																	
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,10	1,40	0,00	87,91	86,00	5,83	0,19	41,00				
	Кондитерские изделия б/глутена	20,00	5,30	6,70	21	122	0,06	0,04	092	80	14,16	12,00	8,17	0,70	44				
	Фрукт	135,00	0,40	0,00	9,00	52	0,02	0,02	4,68	10	17,93	22,00	16,00	0,91	35				
	Итого	355	9,0	9,2	33,5	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0				
	Всего	63	63	64,5	269,9	1904	098	1,12	49	630	840	840	210	12,6	840,0				

Лечебно - диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с целиакией (с непереносимостью глютена)

№ п/р	Наименование	Выход				Завтрак				Минеральные вещества										
		г	г	г	г	Угле-оды	Энергетич ценность	В1, мг	В2 мг	С мг	А, рет.экв /сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг				
	Шестой день																			
ПК№143	Омлет с кукурузой	230	18.56	20.6	10.0	353	018	005	15.78	172	213.75	170.9	30.08	3.57	191.23					
ПК№48	Чай с молоком	200,00	1.54	1.63	28.05	106	007	005	057	20	12.09	58.1	16.32	003	46.71					
ПК№144	Чернослив припущенный	40	00	00	4.1	45	00	00	042	40	4.16	10	3.17	01	53					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2.4	1.0	54.4	176	0,1	03	2	50	70	51	32.5	08	1.25					
	Итого	550	22,5	23.23	96.55	680,0	0,35	0,4	18.77	242	300	290,0	82.07	4,5	292.19					
			Обед																	
ПК №5	Салат «Свеколка»	100,00	1,22	3,50	4,30	75,70	0,025	0,04	1,38	0,00	32,14	28,80	8,18	0,20	85,33					
ПК №19	Суп картофельный гречневой крупой и пшпцей	250/20	9,03	9,12	12,7	166,30	00	0,05	0,85	27	21,13	178	10,4	025	133,32					
ПК № 145	Рыба запеченная с помидорами	130,00	18.02	16.15	7.0	321.35	0235	0,12	5.76	218	153.33	105.44	25.52	3.03	0,00					
ПК №25	Картофель отварной	180,00	4.13	4,68	30,16	180,65	0,25	0,05	0,00	20	9,80	41,86	7,40	1,32	0,00					
ПК№68	Компот из яблок	200,00	00	0,00	21,6	87,00	0,02	00	13,24	0,00	133,60	24,90	21,00	0,70	200,10					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2.4	1	54.4	121	01	03	2	50	70	51	32.5	08	1.25					
	Итого	960	34.8	34.45	130.16	952	063	056	23.23	315	420	430	105	6.3	420					
			Полдник																	
	Сок	200,00	00	00	11.8	92	00	00	3,25	30	94.79	80.82	15.02	0.70	45.6					
	Безглютенная выпечка или кондитерские изделия б/глутена	16	5.3	6.72	13.53	112.3	007	005	00	60	15.7	16	8.41	053	40					
	Фрукт	150,00	0,40	-	11,80	108	0,04	0,02	5,02	0,00	9,51	23,18	6,57	0,57	39,6					
	Итого	366	5.7	6.72	37.13	312.3	011	007	8.27	90	120	120	30	1.8	125.2					
	Всего		63	64.4	263.84	19.44.3	1.09	1.03	50.27	647	840	840	210	12.6	837.39					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с целиакией (не переносимостью глютена)

№ п/п	Наименование	Выход				Энергетич. ценность ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рети. экв /сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг					
	Сельмой день	Завтрак																		
ТК№72	Каша жидкая молочная из риса с курагой	200	7.86	11.9	28	333	023	0082	15.5	71	82.7	226.21	22.82	3.41	166.02					
ТК № 146	Сыр порцирами б/глутена	20	5.04	3.7	00	42	00	001	024	61	122.2	00	7.5	007	17.4					
ТК № 62	Йогурт вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67					
ТК №47	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	00	00	00	00	9,79	5,24	00	36,66					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2.4	1.0	54.4	176	01	03	2	50	70	51	32.5	08	1.25					
	Итого	550	22,5	23,0	98,8	704	0,35	0,4	17,5	225	300	300,0	75,0	4,5	300					
		Обед																		
ТК №162	Салат из свежей или квашенной капусты	100	1.17	5.07	9.14	97	00	00	5.75	121	1.8	3.20	004	014	35.25					
ТК№169	Суп по -уральски (с крупой из пшена)	250	10.55	9.01	14.59	226	021	028	4.55	97	111.8	224.19	25.07	4.45	110					
ТКС№ 125	Запеканка из овощей с мясом	200,00	18	18.42	25.75	326.5	02	00	9.03	47	136.5	159.71	33.18	0,91	132.5					
ТКС№ 69	Компот из смеси сухофруктов	200,00	0,68	0,00	30,22	116,50	00	00	3,17	20	105,0	0,00	14,21	0,50	151					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2.4	1	54.4	176	01	03	2	50	70	51	32.5	08	1.25					
	Итого	830	32,8	33,5	134,1	942	051	058	24,5	335	425,1	438,1	105	6,8	430					
		Полдник																		
	Сок	200,00	0,00	0,00	11,80	92	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	79,60					
	Кондитерские изделия б/глутена	15,00	7,3	7,9	11	91	008	012	1,58	70	78,11	80,82	10,62	08	19,8					
	Фрукт	135,00	0,40	-	12,3	75	0,04	0,02	3,62	00	20,71	15,18	9,38	0,3	10,6					
	Итого	350	7,7	7,9	35,1	258	012	014	7	70	114,8	110	30	1,3	110.					
	Всего		63	64,4	268	1904	098	1,12	49	630	840	848,1	210	12,6	840					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с целиакией. (не переносимостью глютена)

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетическая ценность	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рет.эк в/сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Восьмой день																			
		Завтрак																		
ТТК№164	Запеканка из творога	200,0	20.1	22,3	21	350	0,25	0,01	00	165	223	222,78	35,91	1,88	216,47					
ТТК№163	Соус из яблок	55,0	0,00	0,00	17,75	117,20	0,00	0,00	1,47	10	9,27	16,43	1,35	1,82	45,62					
ТТК№46	Чай с сахаром с лимоном	200/22	00	00	16,00	65,00	00	00	16,78	00	00	9,79	5,24	0,00	36,66					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2,4	09	54,4	176	0,10	0,3	2	50	70	51	32,5	08	1,25					
	Итого	557	22,5	23,0	109,15	708,2	0,35	0,4	20,25	225	302,27	300,0	75,0	4,5	300					
		Обед																		
ТТК№117	Салат «Пестрый»	100	09	3,5	8,45	79	0,025	0,012	1,08	110	1,40	13,58	0,025	0,10	0,125					
ТТК№148	Борщ с картофелем капустой со сметаной	250,00	6,56	11,05	21,38	187,42	0,064	001	4,63	25	67,73	44,08	10,645	0,08	155,65					
ТТК№147	Рыба запеченная с овощами	110,00	16,52	7,31	6,0	231,89	025	007	2,05	100	218,37	297,34	51,83	4,78	126,36					
ТТК№157	Картофельное пюре с маслом	180,00	5,12	9,34	23,32	159,49	0,15	0,18	0,19	30	44,23	00	00	0,34	56,4					
	Сок	200,00	0,00	0,00	11,80	90,00	0,00	00	11,80	00	16,00	14,00	10,00	02	79,60					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2,4	1	54,4	176	0,1	0,3	2	50	70	51	32,5	08	1,87					
	Итого	920	31,5	32,2	125,35	923,8	0,59	0,57	21,75	315	417,73	420	105,0	6,3	420,0					
		Полдник																		
	Молоко	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,70	45,60					
	Кондитерское изделия б/глутена	18,00	5,30	6,70	21	117	0,07	0,04	00	50	17,14	24,90	8,41	0,30	40					
	Фрукт	140,00	0,40	0,00	9,00	57	0,02	0,02	3,75	00	20,5	15,18	6,6	0,80	34,4					
	Итого	358	9,0	9,2	33,5	272,0	0,14	0,15	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0					
	Всего		63,	64,4	268	1904	0,98	1,12	49	630	840	840	210,0	12,6	840,0					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с целиакией (не переносимостью глютена)

№ п/п	Наименование	Выход				Минеральные вещества											
		г	г	г	г	Углево-оды	Энергетич. ценность	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, ретиэкв./сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	
	Девятый день																
	Завтрак																
ТК№76	Зразы рубленные в молочном соусе	100,0	14,81	16,97	2,45	197,26	0,05	0,045	00	105	204	129,64	0002	1,95	138,09		
ТК № 166	Гречка отварная	190	5,29	5,13	36	217,9	0,2	0,105	1,0	90	10	105,58	32,5	1,75	124,0		
	Сок	200	00	00	12,94	90	00	00	12,4	00	16	14	10	00	36,66		
	Хлеб или хлебцы без глютена	70	2,4	09	53,36	174,84	01	025	2	50	70	50,78	32,5	08	1,25		
	Итого	560	22,5	23,0	104,75	680,0	0,35	04	15,4	245	300	300,0	75	4,5	300		
	Обед																
ТК№1	Винегрет овощной	100,00	1,5	6,84	7,0	70	0,01	0,02	3,61	00	34,25	29,0	8,5	0,03	50		
ТК№124	Суп картофельный с бобовыми с птицей	250/10	9,9	10,5	20,36	208,5	0,12	009	1,69	133	47,7	64,80	14,3	0,30	65,28		
ТК№149	Запеканка картофельная с мясом	200,0	19,2	15,16	18,35	387,5	028	0,17	4,1	132	242,05	253,1	39,7	5,07	101,47		
ТК №168	Компот из чернослива	200,00	0,00	0,00	24,89	110,00	00	0,00	13,1	0,00	26,00	14,00	10,00	0,10	202,00		
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2,4	1	54,4	176	01	03	2	50	70	51	32,5	08	1,25		
	Итого	840	33	33,5	125	952	0,51	0,58	24,5	315	420	411,9	105,0	6,3	420,0		
	Полдник																
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,1	1,4	00	87,91	86,0	5,83	0,712	41,0		
	Кондитерские изделия б/глутена	15,00	4,0	5,4	18,2	85	002	002	1,98	70	11,88	14,4	14,79	0288	30,1		
	Фрукт	135,00	0,40	-	16,6	89,00	0,04	0,02	3,62	0,00	20,21	19,6	9,38	0,8	48,90		
	Итого	350	7,7	7,9	38,3	272,0	0,12	0,14	7,0	70	120,0	120	30,0	1,8	120,0		
	Всего	63,2	64,4	268,05	1904	0,98	1,12	46,9	630	840	831,9	210	12,6	840,0			

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с целиакией (непереносимостью глютена)

№ р/р	Наименование	Выход				Энергетич. ценность	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рети. экв./сут.	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Десятый день	Завтрак																		
ТК№152	Каша жидкая молочная из крупы пшеничной с изюмом	250,00	12,86	15,27	25	310	016	0042	00	112	192,81	177,9	19,24	3,45	173,37					
ТК№ 62	Дйло вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67					
ТК№ 48	Чай с молоком	200,00	1,54	1,63	28,05	106	007	005	057	20	12,09	58,1	16,32	003	46,71					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2,4	1	54,4	176	01	03	2	50	70	51	32,5	08	1,25					
	Итого	580	23,8	24,3	107,85	680,0	0,35	0,4	2,57	225	300,0	300,0	75	4,5	300					
		Обед																		
ТК № 4	Овощи натуральные свежие порциями / помидор /	100	02	03	3,9	18	00	00	3,29	90	2,0	6	2,75	009	29,25					
ТК№137	Рассольник с рисовой крупой со сметаной	250,00	7,68	8,63	16,46	207,03	0025	00	5,97	00	77,27	107,23	8,46	075	21,34					
ТК№ 138	Поджарка из филе цыплят с зеленым горошком	120,00	19,23	13,27	00	324,87	0215	00	00	140	72,94	170,57	19,17	3,77	29,54					
ТК№139	Картофель запеченный с баклажаном	180,00	1,83	11,6	21,96	176,1	013	01	24,18	45	64,19	60,3	21,12	019	138,52					
ТК№ 54	Компот из кураги	200,00	0,16	0,00	21,60	87,00	0,02	0,16	13,24	00	133,6	24,90	21,00	0,70	200,10					
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2,4	1	54,4	176	01	03	2	50	70	51	32,5	08	1,25					
	Итого	930	31,5	34,8	118,32	989	0,49	0,56	48,6	325	420	420	105	6,30	420,00					
		Полдник																		
	Молоко	200,00	3,3	2,5	3,5	98	005	009	1,4	40	82,36	79,92	14,99	07	45,26					
	Фрукт	135,00	04	00	9	52	002	003	5,6	30	30,76	26,08	11,84	097	36,74					
	Безглютеновая выпечка или кондитерские изделия б/глутена	15	4	2,8	29,33	85	007	004	00	10	6,88	14	3,17	013	38					
	Итого	350	7,7	5,3	41,83	235	014	016	7	80	120	120	30	1,8	120					
	Всего	63	63	64,4	268	1904	098	1,12	58,2	630	840	840	210	12,6	840					

Лечебно-Диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с целиакией (с непереносимостью глютена)

№ п/р	Наименование	Выход					Энергетич. ценность					Витамины					Минеральные вещества				
		г	г	г	г	г	ккал	ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рет.экв /сут	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг				
Одиннадцатый день																					
Завтрак																					
	Творожок без глютена	100	7.3	7.9	7.1	113	0,01	00	002	60	57.61	52	2	059	4.95						
ТК№78	Плов фруктовый	180,0	7.66	10.4	28.25	284	024	01	2.73	102	28.24	187.21	27.76	3.04	239.74						
ТК № 146	Сыр порциями б/глутена	20,00	5.04	3.7	00	42	0,00	0.01	00	13	144.15	0,00	7.5	0,07	17.4						
ТК№46	Чай с сахаром с лимоном	200/5	01	00	16	65	00	00	10.75	00	00	9.79	5.24	00	36.66						
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2.4	1	54.4	176	0,1	03	2	50	70	51	32.5	0,8	1.25						
	Итого	585	22.5	23	105.75	680	035	04	15.5	225	300	300	75	4.5	300						
Обед																					
ТК№ 4	Овощи свежие порциями /огурец /	100	0,8	00	1,68	26	00	0,00	1,25	120	5.75	5.0	3.6	0,15	35.25						
ТК№15	Борщ "Сибирский" со сметаной	250,00	5,14	5,13	18,05	182.02	0,06	0,09	1,44	30	80.93	63.83	6,44	0,09	59.46						
ТК№79	Мясо тушенное в молочном соусе	110,00	19.34	18.03	8.56	276.49	018	001	3.12	85	193.09	286.17	52.46	4.82	171.64						
ТК№ 157	Картофельное пюре с маслом	180,00	5.12	9.34	22.32	159.49	0,15	0,18	0,19	30	44.23	00	00	0,34	56.4						
	Сок	200,00	0,00	0,00	21.94	132,00	0,00	0,00	13.9	00	26,00	14,00	10,00	0,10	96,00						
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80	2.4	1	54.4	176	01	03	2	50	70	51	32.5	08	1.25						
	Итого	920	32,8	33.5	126.95	952	0,49	0,58	21.9	315	420	420	105	6.3	420						
Полдник																					
	Кефир	200,00	3,70	2,50	3,50	98,00	0,06	0,11	1,00	00	87,94	98,00	5,83	0,22	41,00						
	Кондитерское изделие б/глутена	15	3.6	5.4	21	85	004	001	04	60	4.16	2	3.17	01	38						
	Фрукт	135,00	0,40	0,00	10.8	89,00	0,04	0,02	5,60	30	27,90	20,00	21,00	1,48	41,00						
	Итого	350	7.7	7.9	35.3	272,0	0,14	0,14	7,00	90	120,0	120,00	30,00	1,80	120,00						
	Всего	-	63	64.4	268	1904	098	1.12	44.4	630	840	840	210	12.6	840						

Лечебно – диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с целиакией (с непереносимостью глютена)

№ р/р	Наименование	Выход				Энергетическая ценность	Витамины							Минеральные вещества					
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рет.экв /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг			
Двенадцатый день																			
Завтрак																			
ТТК № 80	Каша молочная «Дружба» (из пшена и риса)	220,00	13,75	16,25	34,01	351	021	002	00	132	204,9	226,21	33,8	3,48	178,02				
ТТК №62	Яйцо вареное	1/50	7,0	6,4	04	88	0,02	0,08	0,00	43	25,1	13,0	6,94	0,22	78,67				
ТТК № 46	Чай с сахаром с лимоном	200/18	00	00	16	65	00	00	13	00	00	9,79	5,24	00	36,66				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2,40	1,0	54,4	176	0,1	03	2	50	70	51	32,5	0,8	1,25				
	Итого	568	23,15	23,65	104,81	680	033	04	15	225	300	300	78,48	4,5	294,6				
			Обед																
ТТК № 7	Салат « Витаминный»	100,00	1,60	4,0	8,9	81,7	0025	003	05	00	7,4	16,6	4,98	078	29,15				
ТТК№8	Суп картофельный с фасолью	250,00	7,55	7,14	21,1	164,13	0,115	0,1	0,17	133	14,62	53,9	4,76	0,29	161,1				
ТТК№66	Птица отварная для первого блюда	5,00	0,36	0,06	0,00	1,95	0,01	00	0,04	00	1,26	25,78	1,59	0,03	31,60				
ТТК№ 81	Рыба припущенная с овощами	110,00	12,35	12,0	3,79	219,72	017	003	1,76	55	203,92	153,74	26,7	2	45,9				
ТТК№82	Капуста тушеная с яблоком	180,00	7,21	8,65	6,96	192	003	003	16,86	67	17,8	118,98	20,26	1,9	00				
ТТК№69	Компот из смеси сухофруктов	200,00	068	00	30,22	116,5	00	009	3,17	20	105	00	14,21	05	151				
	Хлеб или хлебцы б/глутена	80,00	2,4	1,0	54,4	176	0,1	0,3	2,0	50	70	51	32,5	08	1,25				
	Итого	925	32,15	32,85	125,37	952	045	058	24,5	325	420	420	105	6,3	420				
			Полдник																
	Молоко	200,00	3,3	2,5	3,5	98,0	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,7	45,6				
	Безглютеновая выпечка или кондитерские изделия б/глутена	15	4	5,4	21	105	005	003	067	30	4,16	2	3,17	02	48,75				
	Фрукт	135,00	0,40	0,00	13,32	69	0,02	0,02	3,08	10	33,48	38,08	11,84	0,9	25,65				
	Итого	350	7,7	7,9	37,82	272	0,12	0,14	7,0	80	120,0	120,0	30,0	1,8	120				
	Всего		63	64,4	268	1904	09	1,12	46,5	630	840	840	213,4	12,6	840				