

Фенилкетонурия 5-11 кл

№ рецептуры по Сборнику блюд 2015г.	Наименование блюд	Выход порции (г)	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Микроэлементы (мг)				Витамины (мг)		
			белки	жиры	углеводы		Ca	Mg	P	Fe	В ₁	С	А
	<i>Первая неделя</i>												
	Понедельник												
	Завтрак												
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Всего:	525	3,6	6,1	65,8	366	37	44	96	4,5	0,2	17,2	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,0	11,7	59,3	358	39	42	109	2,4	0,2	20,3	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
377	Чай с лимоном	200/7	0,3	0,1	5,2	23	8	5	10	0,88	0,00	2,90	0,00
	Всего:		0,7	0,5	29,8	127	26	15	22	3,3	0,0	13,9	0,0
	Итого:		9,3	18,3	154,9	851	102	101	227	10,1	0,3	51,4	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	17,0	51,4	371	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	70	0,8	0,1	2,7	15	10	14	18	0,6	0,0	17,5	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,0	5,3	64,9	317	31	46	86	1,7	0,2	32,2	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		8,9	29,2	146,1	877	89	85	149	8,1	0,2	70,3	0,0
	Среда												
	Завтрак												
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,0	6,6	48,8	265	29	18	50	1,5	0,0	10,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	0,0	4,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,5	10,8	70,0	431	38	64	160	3,2	0,3	20,4	0,0
	Полдник												
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		9,1	17,9	148,4	821	90	96	230	8,0	0,3	41,6	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		49,0	111,4	827,1	4585	565	506	1056	43,6	1,4	312,9	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	100	5,7	16,3	32,7	327	123	80	167	3,7	0,1	33,4	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		7,6	21,3	88,8	611	165	108	225	5,7	0,2	43,6	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		57,1	133,2	945,5	5321	753	628	1301	52,6	1,5	367,5	0,0
	Пятница												
	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		2,1	13,4	51,7	335	39	29	67	2,1	0,1	15,6	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
388	Напиток из шиповника	200	0,7	0,3	24,6	104	10	3	3	0,7	0,0	20,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		8,6	17,8	83,7	560	66	75	175	5,6	0,3	53,3	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		13,1	38,0	165,2	1084	123	114	254	10,0	0,3	79,9	0,0
	Вторая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0

фенилкетонурия 5-11 кл

376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	17,0	51,4	371	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
88	Щи из свежей капусты с картофелем, зеленью	250	1,7	5,0	7,8	83	34	19	47	0,8	0,2	19,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,0	12,0	67,4	397	65	45	83	4,7	0,2	45,1	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		9,1	29,5	148,4	893	128	88	154	12,0	0,3	83,3	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		4,3	9,0	52,0	306	108	47	84	2,5	0,1	45,5	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,1	15,3	65,0	408	38	47	99	1,8	0,2	30,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Итого:		8,0	24,8	146,6	839	169	108	203	7,6	0,2	87,3	0,0
	Среда												
	Завтрак												
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		1,4	0,6	54,4	229	47	28	62	3,9	0,0	21,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		8,3	20,8	74,1	546	59	68	162	3,4	0,3	35,0	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		12,1	28,2	158,3	964	124	106	236	9,7	0,3	67,1	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
541/2004	Рагу овощное	180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В ₂	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,8	18,9	58,7	425	58	34	71	2,0	0,0	30,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0

фенилкетонурия 5-11 кл

	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		14,7	53,1	182,4	1258	154	115	241	5,8	0,2	90,9	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		21,1	72,5	270,7	1808	235	163	332	11,1	0,3	132,1	0,0
	Пятница												
	Завтрак												
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
71	Огурцы свежие (доп. гарнир)	80	0,6	0,1	2,0	11	18	11	34	0,5	0,0	8,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		1,9	3,8	51,7	248	53	25	61	1,8	0,0	26,7	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		6,4	14,6	82,3	528	108	77	163	5,2	0,2	60,8	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	1,4	32,8	149	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		10,7	19,8	166,8	925	179	112	236	9,3	0,2	98,5	0,0
	Третья неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
54	Салат из свеклы с яблоками	100	1,1	6,0	7,1	87	26	14	29	1,3	0,0	6,4	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:	525	4,2	7,5	60,2	320	63	36	74	5,0	0,0	23,5	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,0	6,3	62,3	318	39	42	109	2,4	0,2	20,3	0,0
	Полдник												
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,4	0,4	24,6	104	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		9,6	14,2	147,1	742	120	88	195	9,8	0,2	54,8	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	11,6	54,4	331	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,8	11,0	70,3	445	94	80	172	5,3	0,2	37,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		9,9	23,1	154,3	901	157	123	243	12,5	0,2	75,9	0,0
	Среда												

Фенилкетонурия 5-11 кл

	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		2,5	16,4	57,0	386	51	30	59	2,0	0,1	25,6	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
541/2004	Рагу овощное	180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,6	17,0	74,4	471	64	57	128	2,8	0,2	37,7	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		8,3	33,5	155,3	953	120	91	195	5,7	0,2	63,4	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	60	0,9	3,0	6,8	59	26	9	17	0,3	0,0	16,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	0,0	4,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		46,7	140,6	855,8	4941	758	559	1140	48,2	1,1	378,5	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,3	5,7	68,4	337	41	50	95	4,8	0,2	36,3	0,0

фенилкетонурия 5-11 кл

	Полдник												
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		50,6	146,8	953,8	5403	822	623	1255	56,3	1,2	425,9	0,0
	Пятница												
	Завтрак												
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,5	17,0	51,4	371	40	29	51	4,0	0,0	27,1	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	40	0,3	0,0	1,0	6	9	6	17	0,2	0,0	4,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 206	Компот из ягод	200	0,2	0,1	12,0	49	11	8	9	0,2	0,0	4,5	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		7,9	17,6	70,6	503	62	78	173	4,9	0,3	35,8	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	6,8	29,8	189	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		13,8	41,4	151,8	1063	120	117	236	11,2	0,3	73,9	0,0
	Четвертая неделя												
	Понедельник												
	Завтрак												
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		1,3	0,6	54,3	228	31	26	36	3,8	0,0	26,1	0,0
	Обед												

Фенилкетонурия 5-11 кл

104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
342	Компот из яблок	200	0,2	0,2	13,9	58	7	4	4	0,9	0,0	4,1	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный шоколадный, обогащённый кальцием и витамином В	200	2,0	6,4	19,0	140	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,5	22,2	74,3	516	52	53	106	4,9	0,2	41,3	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		7,4	23,3	158,2	869	106	93	162	12,0	0,2	78,5	0,0
	Вторник												
	Завтрак												
541/2004	Рагу овощное	180	2,5	8,8	12,4	138	23	20	44	0,7	0,0	11,4	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,2	8,9	55,1	312	42	32	77	2,0	0,0	17,5	0,0
	Обед												
82	Борщ со свежей капустой и картофелем, зеленью	250	1,7	4,9	9,8	98	37	24	50	1,1	0,0	10,0	0,0
71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	100	0,8	0,1	2,4	14	24	14	42	0,6	0,0	10,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		3,1	5,5	64,2	327	84	52	112	5,0	0,1	31,1	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0
	Итого:		6,9	14,9	148,9	764	149	98	209	10,3	0,1	59,7	0,0
	Среда												
	Завтрак												
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0

Фенилкетонурия 5-11 кл

71	Огурцы свежие (доп.гарнир)	60	0,5	0,0	1,5	8	14	8	25	0,4	0,0	6,0	0,0
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		2,1	13,4	51,7	335	39	29	67	2,1	0,1	15,6	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
ТТК 275	Капуста квашеная с маслом растительным, сахаром (доп.гарнир)	70	1,1	3,6	8,5	71	30	10	19	0,4	0,0	18,6	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		6,7	14,8	74,5	490	77	78	174	5,8	0,3	46,0	0,0
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
389	Сок фруктовый	200	0,2	0,1	10,1	41	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Всего:		0,2	0,1	23,9	96	5	4	8	0,9	0,0	0,1	0,0
	Итого:		9,0	28,3	150,1	921	121	111	249	8,7	0,3	61,7	0,0
	Четверг												
	Завтрак												
321	Капуста тушеная	180	3,4	8,8	8,4	126	95	31	60	1,0	0,0	30,4	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		6,3	10,0	51,5	315	108	47	84	2,4	0,0	45,5	0,0
	Обед												
ТТК 83	Суп Минестроне	250	3,0	5,2	13,5	113	143	157	427	0,7	0,3	35,0	0,4
71	Овощи свежие с маслом	100	0,9	10,1	2,8	106	17	15	31	0,7	0,0	16,0	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,4	14	8	12	16	0,6	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		17,8	35,9	159,9	1023	407	292	662	10,1	0,5	168,0	0,4
	Полдник												
	Пюре фруктовое	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		0,6	0,5	29,6	125	23	14	20	3,3	0,0	11,1	0,0

фенилкетонурия 5-11 кл

	Итого:		24,7	46,4	241,0	1463	538	353	766	15,8	0,5	224,6	0,4
	Пятница												
	Завтрак												
312	Пюре картофельное	180	3,0	5,6	13,8	151	14	30	76	1,2	0,2	6,1	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
376	Чай с сахаром	200	0,2	0,1	5,0	21	5	4	8	0,90	0,00	0,10	0,00
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Пюре яблочное	125	0,0	0,0	13,8	55	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		5,9	6,8	56,9	340	27	46	100	2,6	0,2	21,2	0,0
	Обед												
104	Суп картофельный с зеленью	250	2,0	5,1	14,0	108	10	24	59	0,9	0,1	10,2	0,0
67	Винегрет овощной	130	1,4	13,3	9,0	161	20	17	34	0,8	0,1	9,5	0,0
71	Помидоры свежие (доп.гарнир)	60	0,7	0,1	2,3	13	8	12	16	0,5	0,0	15,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
ТТК 89	Компот из апельсинов	200	0,2	0,1	17,0	69	9	3	6	0,1	0,0	15,0	0,0
	Сок фруктовый фасованный	200	0,0	0,0	22,4	90	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
	Всего:		4,7	19,0	75,5	490	65	66	127	4,7	0,2	60,7	0,0
	Полдник												
	Напиток овсяный фруктовый "Экзотик"	200	2,0	1,0	22,0	100	0	0	0	0,0	0,0	0,0	0,0
338	Фрукты свежие	110	0,4	0,4	10,8	49	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Всего:		2,4	1,4	32,8	149	18	10	12	2,4	0,0	11,0	0,0
	Итого:		13,0	27,2	165,2	979	110	122	239	9,6	0,3	92,9	0,0
	Итого по меню:		158,4	411,4	2450,9	14383	1992	1601	3322	138,5	4,0	1079,1	0,0
	среднее за день		15,8	41,1	245,1	1438	199	160	332	13,9	0,4	107,9	0,0

Начальник производственно-технологического отдела МБУ "Дирекция по организации питания" Н.В.Решетникова