СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного учреждения

_____

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Общепит-3»

_____Шорохова Е.Н.

Примерное двухнедельное меню для организации питания детей с пищевой аллергией (продукты содержащие глютен)

2026-2027 учебный год

Период: ОСЕНЬ-ЗИМА

Рацион: Безглютеновое **День:** понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
№189 партнер2013	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным145/5	150	3,90	5,80	24,30	163,40
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№3 Партнер2013	Бутерброд с сыром 15/10 (на хлебцах безглютеновых)	25	5,90	3,06	20,00	135,00
ТК№3	Фрукты(яблоко)	100	0,40	0,40	9,8	47,00
Итого за Завтрак		**475**	**10**	**9**	**64**	**385**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
ТК№57 Партнер 2013	Рассольник домашний	200	1,80	4,30	11,80	94,20
№184	Фрикадельки натуральные мясные с бульоном 40/50	90	11,50	2,20	7,00	93,80
204 партнер2013	Макароны отварные безглютеновые	150	5,60	4,50	34,90	204,10
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**670**	**23**	**12**	**90**	**563**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
ТК№175 Партнер 2013	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 195/5	200	5,00	6,50	40,8	238,80
ттк	Яйцо отварное	40	5,00	4,60	0,28	62,80
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**455**	**12**	**11**	**62**	**398**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
№99 Партнер 2013	Салат из свежей капусты	60	1,30	3,10	6,60	60,00
№63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,40	25,90	170,50
ТТК№19/3	"Кулеш" (каша гречневая с куриным фаршем)	160	11,5	8,90	22,00	212,80
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**650**	**23**	**17**	**89**	**607**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** среда

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак (1 смена)						
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	170	3,74	6,20	25,20	172,30
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**475**	**11**	**15**	**52**	**388**
Стоимость завтрака		**76,96**				
Обед (2 смена)						
№234 Сб1983	Суп картофельный	250	3,10	3,75	20,3	127,00
ТТК№61/2	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	7,9	9,20	32,90	244,80
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**650**	**15**	**14**	**90**	**543**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
ТК№187	Каша молочная "рисовая" с маслом сливочным 175/5	180	6,4	6,80	33,00	220,00
ТК№1 Партнер2013	Бутерброд с маслом сливочным 15/10(на хлебцах безглютеновых)	50	4,1	7,65	20,10	166,10
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№7	Печенье безглютеновое	25	3,00	4,5	28,3	164,5
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**470**	**15**	**19**	**103**	**647**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
Партнер 2013 №54	Борщ из свежей капусты	250	2,10	6,40	11,7	115,00
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
ТК№464 СБ1996	Каша гречневая	150	4,70	5,80	20,70	152,00
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**720**	**16**	**21**	**73**	**549**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
204 партнер2013	Макароны отварные беглютеновые	170	6,30	4,90	40,80	234,20
274 партнер 2013	Чай витаминизированный Витошка	200	0,08	0,00	11,80	45,20
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**475**	**14**	**13**	**70**	**455**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
№56 Партнер 2013	Рассольник Ленинградский без перловки	250	2,40	4,40	14,9	110,00
№364 Сб1983	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	170	10,90	11,70	20,10	250,40
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**650**	**17**	**17**	**72**	**532**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак (1 смена)						
ТТК№19/4	"Кулеш" (каша гречневая с куриным фаршем)	220	15,8	12,20	30,20	292,60
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№7	Печенье безглютеновое	25	3,00	4,5	28,3	164,5
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**460**	**21**	**17**	**80**	**554**
Стоимость завтрака		**76,96**				
Обед (2 смена)						
№16 Партнер2013	Салат "Осенний" из свежей моркови	60	0,60	2,70	8,7	60,00
63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,40	25,90	170,50
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
ттк	Рис отварной	150	9,90	7,10	28,10	213,40
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**730**	**26**	**23**	**105**	**734**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак (1 смена)						
ТК№99 Партнер2013	Салат из свежей капусты	80	1,70	4,10	8,80	80,00
ТТК№61/2	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	7,9	9,20	32,90	244,80
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**465**	**12**	**14**	**63**	**421**
Стоимость завтрака		**76,96**				
Обед (2 смена)						
57 Партнер 2013	Рассольник Ленинградский (без перловки)	200	1,77	4,30	13,2	98,20
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
204 партнер2013	Макароны отварные безглютеновые	150	5,60	4,50	34,90	204,10
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**670**	**17**	**17**	**89**	**585**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** среда

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
Партнер 2013 №54	Борщ из свежей капусты	200	1,37	4,00	10,0	80,60
ттк	Яйцо отварное	40	5,00	4,60	0,28	62,80
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**455**	**8**	**9**	**31**	**240**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
ТК№234 Сб1983	Суп картофельный	200	2,48	3,00	16,2	101,60
№184	Фрикадельки натуральные мясные с бульоном 40/50	90	11,50	2,20	7,00	93,80
ТК№464 СБ1996	Каша гречневая	150	4,70	5,80	20,70	152,00
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**670**	**23**	**12**	**81**	**519**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак (1 смена)						
стр 149 Сб1996	Каша молочная пшенная с маслом сливочным	200	6,5	7,60	32,10	223,00
ТК№3 Партнер2013	Бутерброд с повидлом 15/10 (на хлебцах	25	5,90	3,06	20,00	135,00
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**440**	**14**	**11**	**73**	**454**
Стоимость завтрака		**76,96**				
Обед (2 смена)						
52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты	250	1,50	4,30	7,80	75,40
ТТК№61/2	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	7,9	9,20	32,90	244,80
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**650**	**13**	**14**	**75**	**484**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Безглютеновое **День:** пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
ТК№187	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 155/5	160	5,7	8,00	6,00	118,80
ТК№3 Партнер2013	Бутерброд с сыром 15/10 (на хлебцах безглютеновых)	25	5,90	3,06	20,00	135,00
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№3	Фрукты(яблоко)	100	0,40	0,40	9,8	47,00
Итого за Завтрак		**485**	**12**	**11**	**46**	**341**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
№59 Партнер 2013	Суп картофельный	200	2,10	2,00	15,1	89,30
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	150	3,30	5,50	22,20	152,00
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**670**	**15**	**16**	**80**	**531**
Стоимость обеда		**86,07**				
Итого за период завтрака		**466**	**13**	**13**	**64**	**428**
Итого за период обеда		**673**	**19**	**16**	**84**	**565**

Период: ОСЕНЬ-ЗИМА

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
№189 партнер2013	Каша без молока "Дружба" с маслом	150	3,90	5,80	24,30	163,40
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№3 Партнер2013	Бутерброд с повидлом 15/10 (на хлебцах безглютеновых)	25	5,90	3,06	20,00	135,00
ТК№3	Фрукты(яблоко)	100	0,40	0,40	9,8	47,00
Итого за Завтрак		**475**	**10**	**9**	**64**	**385**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
ТК№57 Партнер 2013	Рассольник домашний	200	1,80	4,30	11,80	94,20
№184	Фрикадельки натуральные мясные с бульоном 40/50	90	11,50	2,20	7,00	93,80
204 партнер2013	Макароны отварные безглютеновые	150	5,60	4,50	34,90	204,10
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**670**	**23**	**12**	**90**	**563**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
ТК№175 Партнер 2013	Каша без молока рисовая с маслом растительным	200	5,00	6,50	40,8	238,80
ттк	Яйцо отварное	40	5,00	4,60	0,28	62,80
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**455**	**12**	**11**	**62**	**398**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
№99 Партнер 2013	Салат из свежей капусты	60	1,30	3,10	6,60	60,00
№63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,40	25,90	170,50
ТТК№19/3	"Кулеш" (каша гречневая с куриным фаршем)	160	11,5	8,90	22,00	212,80
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**650**	**23**	**17**	**89**	**607**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** среда

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
133 Партнер 2013	Картофель отварной с маслом растительным	170	3,74	6,20	25,20	172,30
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**475**	**11**	**15**	**52**	**388**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
№234 Сб1983	Суп картофельный	250	3,10	3,75	20,3	127,00
ТТК№61/2	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	7,9	9,20	32,90	244,80
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**650**	**15**	**14**	**90**	**543**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
ТК№187	Каша без молока рисовая с маслом растительным	180	6,4	6,80	33,00	220,00
ТК№1 Партнер2013	Бутерброд с повидлом 15/10(на хлебцах безглютеновых)	50	4,1	7,65	20,10	166,10
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№7	Печенье безглютеновое	25	3,00	4,5	28,3	164,5
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**470**	**15**	**19**	**103**	**647**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
Партнер 2013 №54	Борщ из свежей капусты	250	2,10	6,40	11,7	115,00
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
ТК№464 СБ1996	Каша гречневая	150	4,70	5,80	20,70	152,00
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**720**	**16**	**21**	**73**	**549**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
204 партнер2013	Макароны отварные беглютеновые	170	6,30	4,90	40,80	234,20
274 партнер 2013	Чай витаминизированный Витошка	200	0,08	0,00	11,80	45,20
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**475**	**14**	**13**	**70**	**455**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
№56 Партнер 2013	Рассольник Ленинградский без перловки	250	2,40	4,40	14,9	110,00
№364 Сб1983	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	170	10,90	11,70	20,10	250,40
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**650**	**17**	**17**	**72**	**532**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак (1 смена)						
ТТК№19/4	"Кулеш" (каша гречневая с куриным фаршем)	220	15,8	12,20	30,20	292,60
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№7	Печенье безглютеновое	25	3,00	4,5	28,3	164,5
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**460**	**21**	**17**	**80**	**554**
Стоимость завтрака		**76,96**				
Обед (2 смена)						
№16 Партнер2013	Салат "Осенний" из свежей моркови	60	0,60	2,70	8,7	60,00
63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом	200	6,0	4,40	25,90	170,50
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
ттк	Рис отварной	150	9,90	7,10	28,10	213,40
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**730**	**26**	**23**	**105**	**734**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак (1 смена)						
ТК№99 Партнер2013	Салат из свежей капусты	80	1,70	4,10	8,80	80,00
ТТК№61/2	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	7,9	9,20	32,90	244,80
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**465**	**12**	**14**	**63**	**421**
Стоимость завтрака		**76,96**				
Обед (2 смена)						
57 Партнер 2013	Рассольник Ленинградский (без перловки)	200	1,77	4,30	13,2	98,20
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
204 партнер2013	Макароны отварные безглютеновые	150	5,60	4,50	34,90	204,10
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**670**	**17**	**17**	**89**	**585**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** среда

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак (1 смена)						
Партнер 2013 №54	Борщ из свежей капусты	200	1,37	4,00	10,0	80,60
ттк	Яйцо отварное	40	5,00	4,60	0,28	62,80
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**455**	**8**	**9**	**31**	**240**
Стоимость завтрака		**76,96**				
Обед (2 смена)						
ТК№234 Сб1983	Суп картофельный	200	2,48	3,00	16,2	101,60
№184	Фрикадельки натуральные мясные с бульоном 40/50	90	11,50	2,20	7,00	93,80
ТК№464 СБ1996	Каша гречневая	150	4,70	5,80	20,70	152,00
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**670**	**23**	**12**	**81**	**519**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
	Завтрак (1 смена)					
стр 149 Сб1996	Каша без молока пшенная с маслом растительным	200	6,5	7,60	32,10	223,00
ТК№3 Партнер2013	Бутерброд с повидлом 15/10 (на хлебцах	25	5,90	3,06	20,00	135,00
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ттк	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		**440**	**14**	**11**	**73**	**454**
Стоимость завтрака		**76,96**				
	Обед (2 смена)					
52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты	250	1,50	4,30	7,80	75,40
ТТК№61/2	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	7,9	9,20	32,90	244,80
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**650**	**13**	**14**	**75**	**484**
Стоимость обеда		**86,07**				

Рацион: Строгое (безглютеновое + безмолочное) **День:** пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге-тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак (1 смена)						
ТК№187	Каша без молока рисовая с маслом растительным	160	5,7	8,00	6,00	118,80
ТК№3 Партнер2013	Бутерброд с повидлом 15/10 (на хлебцах	25	5,90	3,06	20,00	135,00
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№3	Фрукты(яблоко)	100	0,40	0,40	9,8	47,00
Итого за Завтрак		**485**	**12**	**11**	**46**	**341**
Стоимость завтрака		**76,96**				
Обед (2 смена)						
№59 Партнер 2013	Суп картофельный	200	2,10	2,00	15,1	89,30
№124	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном 40/50	90	5,70	8,00	6,0	118,80
133 Партнер 2013	Картофель отварной с маслом растительным	150	3,30	5,50	22,20	152,00
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50
ттк	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		**670**	**15**	**16**	**80**	**531**
Стоимость обеда		**86,07**				
Итого за период завтрака		**466**	**13**	**13**	**64**	**428**
Итого за период обеда		**673**	**19**	**16**	**84**	**565**