

Меню столовое, Ин

Выход (г)	Наименование блюда	Номер	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	-------	--

Завтрак

20	Хлеб из безбелковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04
134	Каша рисовая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	ккал-131,84, Белки-2,06, Жиры-4,31, Угл-21,09
200	Чай (б/сах)	282,08

Итого за Завтрак1

ккал-180,92, Белки-2,11, Жиры-5,28, Угл-

Завтрак2

200	Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	ккал-48,8, Белки-0,44, Жиры-0,09, Угл-12,96
-----	-------------------------------------	---

Итого за Завтрак2

ккал-48,8, Белки-0,44, Жиры-0,09, Угл-12,96

Обед

20	Хлеб из безбелковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04
----	---------------------------	--

200
Ши из свежей капусты (без сметаны)

134
Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом

70
Гуляш из мяса телятины (филе индейки) без муки и томат-

200
Чай (б/сах)

Итого за Обед

ккал-416,45, Белки-13,82, Жиры-23,7, Угл-

Полдник

20	Хлеб из безбелковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04
----	---------------------------	--

60
Мясо телятины (филе индейки), припущенное с овощами

120
Яблоко

134
Макаронные изделия

134
Масло растительным маслом (безглютенное) томарные с

200
Чай (б/сах)

Итого за Полдник У.

ккал-497,05, Белки-12,11, Жиры-19,31, Угл-

Итого за день

149,29



Меню столовое, 1ет

Выход (г)	Наименование блюда	Номер	зн. пен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	-------	--

Завтрак1

200	Хлеб из безглюковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04
134	Каша пшеничная вязкая без молока	ккал-147,11, Белки-3,74, Жиры-5,07, Угл-21,61
200	Чай (б/сах)	282,08

Итого за Завтрак1

ккал-196,19, Белки-3,79, Жиры-6,04, Угл-

Завтрак2

200	Компот из свежих плодов (б/сах)	ккал-18,8, Белки-0,16, Жиры-0,16, Угл-3,92
-----	---------------------------------	--

Итого за Завтрак2

ккал-18,8, Белки-0,16, Жиры-0,16, Угл-3,92

Обед

30	Мясо птицы отварное ос (филе индейки)	ккал-113,44, Белки-8,01, Жиры-9,04
20	Хлеб из безглюковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04
200	Суп картофельный с гречневой крупой	ккал-83,38, Белки-2,18, Жиры-2,53, Угл-12,94
134	Макаронные изделия (безглютеновые) отварные с растительным маслом	ккал-199,31, Белки-2,96, Жиры-4,82, Угл-35,81
200	Чай (б/сах)	282,08

Итого за Обед

ккал-445,21, Белки-13,2, Жиры-17,36, Угл-

Полдник у.

60	Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами	ккал-167,06, Белки-8,62, Жиры-13,04, Угл-3,67
134	Каша кукурузная вязкая без молока с растительным маслом	ккал-157,65, Белки-3,08, Жиры-4,44, Угл-26,34
20	Хлеб из безглюковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04
200	Чай (б/сах)	282,08

Итого за Полдник у.

ккал-373,79, Белки-11,75, Жиры-18,45, Угл-

Итого за день

ккал-1033,99, Белки-28,9, Жиры-42,01, Угл-134,41



Меню столовое, 1ср

Выход (г)	Наименование блюда	Номер	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	-------	--

Завтрак1

20	Хлеб из безбелковой смеси	кКал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-	667,16
134	Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом	кКал-136,06, Белки-4,1, Жиры-5,07, Угл-	175,17
200	Чай (б/сах)		282,08

Итого за Завтрак1

кКал-185,14, Белки-4,15, Жиры-6,04, Угл-

Завтрак2

200	Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	кКал-48,8, Белки-0,44, Жиры-0,09, Угл-	293,05
-----	-------------------------------------	--	--------

Итого за Завтрак2

кКал-48,8, Белки-0,44, Жиры-0,09, Угл-12,96

Обед

20	Хлеб из безбелковой смеси	кКал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-	667,16
200	Свекольник (без сметаны, сахара и томат-пасты)	кКал-86,55, Белки-1,82, Жиры-3,48, Угл-	67,26
150	Плов из мяса птицы (филе индейки) без томат-пасты	кКал-362,13, Белки-13,06, Жиры-20,67, Угл-	131,89
200	Компот из свежих плодов (б/сах)	кКал-18,8, Белки-0,16, Жиры-0,16, Угл-	294,09

Итого за Обед

кКал-516,56, Белки-15,09, Жиры-25,28, Угл-

Полдник у.

20	Хлеб из безбелковой смеси	кКал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-	667,16
60	Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами	кКал-167,06, Белки-8,62, Жиры-13,04, Угл-	108,94
134	Картофель отварной с растительным маслом	кКал-156,21, Белки-3,33, Жиры-4,83, Угл-	136,38
200	Чай (б/сах)		282,08

Итого за Полдник у.

кКал-372,35, Белки-12, Жиры-18,84, Угл-

Итого за день

136,8



Меню столовое, 1шт

Выход (г)	Наименование блюда	Номер рецептуры	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витаминны (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	-----------------	--

Завтрак1

200	Чай (б/сах)		282,08
134	Каша пшеничная вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	кКал-147,11, Белки-3,74, Жиры-5,07, Угл-21,61	470,7
20	Хлеб из безглютеновой смеси	кКал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04	667,16

Итого за Завтрак1

кКал-196,19, Белки-3,79, Жиры-6,04, Угл-

Завтрак2

200	Компот из свежих яблов (б/сах)	кКал-18,8, Белки-0,16, Жиры-0,16, Угл-3,92	294,09
-----	--------------------------------	--	--------

Итого за Завтрак2

кКал-18,8, Белки-0,16, Жиры-0,16, Угл-3,92

Обед

180	Суп с макаронными изделиями (безглутеновые)	кКал-93,42, Белки-1,96, Жиры-2,17, Угл-16,43	66,94
20	Хлеб из безглютеновой смеси	кКал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04	667,16
134	Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом	кКал-136,06, Белки-4,1, Жиры-5,07, Угл-18,56	175,17
60	Мясо птицы, припущенное с овощами (филе индейки)	кКал-167,06, Белки-8,62, Жиры-13,04, Угл-3,67	108,93
200	Компот из смеси сухофруктов (б/сах)	кКал-48,8, Белки-0,44, Жиры-0,09, Угл-12,96	293,05

Итого за Обед

кКал-494,42, Белки-15,17, Жиры-21,34, Угл-

Полдник у.

20	Хлеб из безглютеновой смеси	кКал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл-10,04	667,16
30	Мясо птицы отварное dc (филе индейки)	кКал-113,44, Белки-8,01, Жиры-9,04	108,97
134	Каша кукурузная вязкая без молока с растительным маслом	кКал-157,65, Белки-3,08, Жиры-4,44, Угл-26,34	548,03
120	Яблоко	кКал-81,6, Белки-0,48, Жиры-0,48, Угл-18,84	38,01
200	Чай (б/сах)		282,08

Итого за Полдник у.

кКал-401,77, Белки-11,62, Жиры-14,93, Угл-

Итого за день

152,45



Меню столовое, лит

Выход (г)	Наименование блюда	Номер	зн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	-------	--

Завтрак1

200	Чай (б/сах)		282,08
130/4	Каша "Дружба" вязкая без молока с растительным маслом	ккал-115,05, Белки-2,23, Жиры-4,53, Угл- 16,34	493,16
20	Хлеб из безглюковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл- 10,04	667,16

Итого за Завтрак1

ккал-164,13, Белки-2,28, Жиры-5,5, Угл-

Завтрак2

120	Яблоко		38,01
-----	--------	--	-------

Итого за Завтрак2

ккал-81,6, Белки-0,48, Жиры-0,48, Угл-18,84

Обед

180	Суп картофельный с горохом	ккал-106,58, Белки-4,4, Жиры-3,57, Угл- 14,62	129,1
20	Хлеб из безглюковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл- 10,04	667,16
130	Картофельное пюре с растительным маслом	ккал-126,98, Белки-2,22, Жиры-5,04, Угл- 18,13	138,11
60	Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами	ккал-167,06, Белки-8,62, Жиры-13,04, Угл- 3,67	108,94
200	Чай (б/сах)		282,08

Итого за Обед

ккал-449,7, Белки-15,29, Жиры-22,42, Угл-

Полдник У.

20	Хлеб из безглюковой смеси	ккал-49,08, Белки-0,05, Жиры-0,97, Угл- 10,04	667,16
150	Пюре из мяса птицы (филе индейки) без томат-пасты	ккал-362,13, Белки-13,06, Жиры-20,67, Угл- 30,76	131,89
200	Чай (б/сах)		282,08

Итого за Полдник У.

ккал-411,21, Белки-13,11, Жиры-21,64, Угл-

Итого за день

ккал-1106,64, Белки-31,16, Жиры-50,04, Угл-
132,48

