

Меню безглют , 2пн

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

Завтрак1

5	Масло сливочное	401,06	кКал-33.05, Белки-0.04, Жиры-3.63, Угл-0.07
130/4	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	175,01	кКал-172.05, Белки-5.77, Жиры-5.87, Угл-23.97
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29

Итого за Завтрак1

кКал-279.32, Белки-5.86, Жиры-10.47, Угл-

Завтрак2

180	Компот из свежих плодов	294,37	кКал-49.62, Белки-0.14, Жиры-0.14, Угл-11.94
-----	-------------------------	--------	--

Итого за Завтрак2

кКал-49.62, Белки-0.14, Жиры-0.14, Угл-

Обед

130	Рис припущенный	609	кКал-185.11, Белки-3.36, Жиры-3.84, Угл-34.09
185	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	56,92	кКал-70.28, Белки-1.46, Жиры-3.78, Угл-7.47
30	Мясо птицы отварное дс (филе индейки)	108,97	кКал-113.44, Белки-8.01, Жиры-9.04
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Обед

кКал-443.05, Белки-12.88, Жиры-17.63, Угл-

Полдник у.

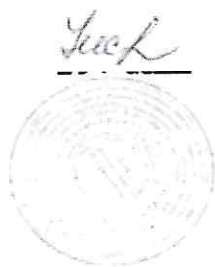
140	Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного (филе)	684,51	кКал-215.87, Белки-9.85, Жиры-11.73, Угл-17.79
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Полдник у.

кКал-290.09, Белки-9.9, Жиры-12.7, Угл-

Итого за день

кКал-1 062.08, Белки-28.78, Жиры-40.94, Угл-144.32



Меню безглют , 2вт

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

Завтрак1

134	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	470,03	кКал-188.2, Белки-5.58, Жиры-5.97, Угл-27.89
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29

Итого за Завтрак1

кКал-262.42, Белки-5.63, Жиры-6.94, Угл-

Завтрак2

200	Компот из смеси сухофруктов	293,07	кКал-69.95, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-18.15
-----	------------------------------------	--------	--

Итого за Завтрак2

кКал-69.95, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-

Обед

185	Щи из свежей капусты со сметаной	53,57	кКал-68.27, Белки-1.49, Жиры-3.81, Угл-6.83
70	Гуляш из мяса птицы (филе) без муки	233,92	кКал-145.63, Белки-7.9, Жиры-12.03, Угл-1.51
134	Макаронные изделия (безглютеновые) отварные с маслом	211,77	кКал-189.79, Белки-2.99, Жиры-3.72, Угл-35.86
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Обед

кКал-477.91, Белки-12.43, Жиры-20.53, Угл-

Полдник у.

30	Филе грудки отварное	108,93	кКал-92.95, Белки-7.66, Жиры-6.82, Угл-0.36
134	Каша кукурузная вязкая без молока с растительным маслом	548,03	кКал-157.65, Белки-3.08, Жиры-4.44, Угл-26.34
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Полдник у.

кКал-324.82, Белки-10.79, Жиры-12.23, Угл-

Итого за день

кКал-1 135.1, Белки-29.29, Жиры-39.79, Угл-165.93



Меню безглют , 2ср

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

Завтрак1

134	Каша молочная "Дружба"	493,01	кКал-159.63, Белки-4.23, Жиры-5.59, Угл-22.92
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29

Итого за Завтрак1

кКал-233.85, Белки-4.28, Жиры-6.56, Угл-

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	476,01	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	--	--------	---------------------------------------

Итого за Завтрак2

кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

Обед

180	Суп картофельный с гречневой крупой	65,77	кКал-75.04, Белки-1.97, Жиры-2.27, Угл-11.65
140	Жаркое по-домашнему из мяса птицы отварного (филе)	684,51	кКал-215.87, Белки-9.85, Жиры-11.73, Угл-17.79
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Обед

кКал-365.13, Белки-11.87, Жиры-14.97, Угл-

Полдник у.

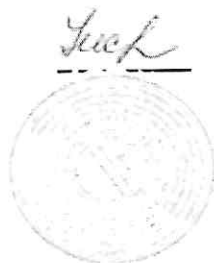
150	Суп молочный с макаронными изделиями (безглютен)	76,59	кКал-100.8, Белки-2.96, Жиры-3.49, Угл-14.18
54	Яйцо отварное	7,24	кКал-84.78, Белки-6.86, Жиры-6.21, Угл-0.38
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Полдник у.

кКал-259.8, Белки-9.87, Жиры-10.67, Угл-

Итого за день

кКал-936.78, Белки-29.22, Жиры-35.4, Угл-



Меню безглют , 2чт

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

Завтрак1

130/4	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	175,01	кКал-172.05, Белки-5.77, Жиры-5.87, Угл-23.97
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29

Итого за Завтрак1

кКал-246.27, Белки-5.82, Жиры-6.84, Угл-

Завтрак2

100	Кисломолочный продукт для детского питания	476,01	кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1
-----	---	--------	---------------------------------------

Итого за Завтрак2

кКал-78, Белки-3.2, Жиры-3.2, Угл-9.1

Обед

130	Картофельное пюре	138,01	кКал-138.52, Белки-3.27, Жиры-4.63, Угл-20.9
180	Суп с макаронными изделиями (безглютеновые)	66,94	кКал-93.42, Белки-1.96, Жиры-2.17, Угл-16.43
60	Рыба припущенная (филе минтая)	588,02	кКал-116.87, Белки-11.8, Жиры-7.55, Угл-0.36
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Обед

кКал-423.03, Белки-17.08, Жиры-15.32, Угл-

Полдник у.

130	Плов из мяса птицы (ЦБ)	131,9	кКал-309.29, Белки-12.43, Жиры-16.72, Угл-27.22
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Полдник у.

кКал-383.51, Белки-12.48, Жиры-17.69, Угл-

Итого за день

кКал-1 130.81, Белки-38.58, Жиры-43.05, Угл-146.97



Меню безглют , 2пт

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

Завтрак1

130	Омлет натуральный	218,31	кКал-197.23, Белки-13.65, Жиры-14.74, Угл-2.44
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29

Итого за Завтрак1

кКал-271.45, Белки-13.7, Жиры-15.71, Угл-

Завтрак2

180	Компот из смеси сухофруктов	293,1	кКал-64.95, Белки-0.4, Жиры-0.08, Угл-16.83
-----	------------------------------------	-------	---

Итого за Завтрак2

кКал-64.95, Белки-0.4, Жиры-0.08, Угл-16.83

Обед

180	Суп картофельный с горохом	129,1	кКал-106.58, Белки-4.4, Жиры-3.37, Угл-14.62
134	Каша гречневая вязкая с маслом	175,11	кКал-126.54, Белки-4.13, Жиры-3.97, Угл-18.61
30	Мясо птицы отварное дс (филе индейки)	108,97	кКал-113.44, Белки-8.01, Жиры-9.04
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Обед

кКал-420.78, Белки-16.59, Жиры-17.35, Угл-

Полдник у.

134	Каша пшеничная молочная вязкая с маслом	470,03	кКал-188.2, Белки-5.58, Жиры-5.97, Угл-27.89
180	Чай с сахаром	282,13	кКал-25.14, Угл-6.29
20	Хлеб из безбелковой смеси	667,16	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04

Итого за Полдник у.

кКал-262.42, Белки-5.63, Жиры-6.94, Угл-

Итого за день

кКал-1 019.6, Белки-36.32, Жиры-40.08, Угл-129.38

