

УТВЕРЖДАЮ

директор

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ
ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Мясной Двор»
ОГРН 1177447021383
ИНН 7447203821

Дети из многодетных семей

Дети из малообеспеченных семей

Дети с нарушениями здоровья, имеющие заболевания, относящиеся к нарушениям состояния здоровья: заболевания,

связанные с недостаточностью питания, не связанные с тяжелой патологией и не требующие специальной диеты (белково-энергетическая недостаточность умеренной и легкой степени (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 44)), и задержку развития, обусловленную белково-энергетической недостаточностью (код по международной статистической классификации болезней и проблем, связанных со здоровьем, МКБ 10 IV E 45

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК :	Сыр (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	42
	Масло (порциями)	15	0,19	9,22	0,26	84,9	41
	Каша молочная Дружба с маслом	250	9,08	10,28	54,80	347,57	1148
	Кофейный напиток на молоке	200	5,20	5,70	28,08	181,72	951
	Хлеб	65	5,13	0,65	31,40	152,75	878
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :		550	24,24	31,75	114,54	839,74	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		550	24,24	31,75	114,54	839,74	
День 2							
ЗАВТРАК :	Гуляш мясной	100	15,17	16,70	2,85	222,15	591
	Макаронные изделия отварные	180	6,86	5,13	41,76	240,35	688
	Компот из плодов или ягод сушеных В С	200	1,92	0,12	25,86	112,36	867
	Хлеб	70	5,53	0,70	33,81	164,5	878
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :		550	29,48	22,65	104,28	739,36	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		550	29,48	22,65	104,28	739,36	
День 3							
ЗАВТРАК :	Омлет натуральный	200	20,18	24,06	3,74	312,6	438

Фрукты	100	0,40	0,40	9,80	47,271
Чай с молоком	200	1,86	1,60	9,42	59,96 945
Хлеб	50	3,95	0,50	24,14	117,5 878
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	550	26,39	26,56	47,1	537,06
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	26,39	26,56	47,1	537,06
День 4					
ЗАВТРАК :	100	16,63	18,22	16,42	294,97 668
Биточки рубленные куриные	180	8,26	7,40	48,92	293,54 135
Рис отварной с овощами	200	0,42	0,00	7,26	32,12 944
Чай с лимоном	70	5,53	0,70	33,81	164,5 878
Хлеб	550	30,84	26,32	106,41	785,13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	550	30,84	26,32	106,41	785,13
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	30,84	26,32	106,41	785,13
День 5					
ЗАВТРАК :	100	7,62	10,09	16,33	186,3 47
Суфле "Золотая Рыбка"	180	3,85	5,33	25,72	166,9 694
Пюре картофельное	200	0,80	0,00	18,98	77,74 1014
Напиток из плодов шиповника В С	70	5,53	0,70	33,81	164,5 878
Хлеб	550	17,8	16,12	94,84	595,44
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	550	17,8	16,12	94,84	595,44
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	17,8	16,12	94,84	595,44
День 6					
ЗАВТРАК :	15	0,19	9,22	0,26	84,9 41
Масло (порциями)	20	4,64	5,90	0,00	72,8 42
Сыр (порциями)	250	6,63	9,20	42,30	278,27 1143
Каша рисовая жидкая с маслом	200	6,48	6,68	16,32	152,1 2
Какао на молоке	65	5,13	0,65	31,40	152,75 878
Хлеб	550	23,07	31,65	90,28	740,82
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	550	23,07	31,65	90,28	740,82
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	23,07	31,65	90,28	740,82
День 7					
ЗАВТРАК :	250	16,80	17,73	52,35	436,45 601
Плов мясной	200	0,06	0,00	9,88	37,66 868
Компот из смеси сухофруктов В С	70	5,53	0,70	33,81	164,5 878
Хлеб	30	2,22	2,82	21,93	122,1 1065
кондитерское изделие	550	22,39	18,43	96,04	638,61
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	550	22,39	18,43	96,04	638,61
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	22,39	18,43	96,04	638,61
День 8					
ЗАВТРАК :	200	31,40	20,54	55,86	526,36 467
Пудинг из творога (запеченный) (со сгущенным молоком)	100	0,40	0,40	9,80	47,271
Фрукты	200	1,86	1,60	9,42	59,96 945
Чай с молоком	50	3,95	0,50	24,14	117,5 878
Хлеб	550	37,61	23,04	99,22	750,82
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	550	37,61	23,04	99,22	750,82
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	37,61	23,04	99,22	750,82
День 9					
ЗАВТРАК :	100	13,96	18,32	4,90	240,57 668
Гуляш из филе птицы	180	9,14	6,25	41,00	257,4 1126
Каша гречневая рассыпчатая					

Компот из свежих плодов В С	200	0,16	0,16	0,16	27,88	109,76	859
Хлеб	70	0,70	5,53	0,70	33,81	164,5	878
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	550	28,79	25,43	107,59	772,23		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550	28,79	25,43	107,59	772,23		
День 10							
ЗАВТРАК :	100	14,68	20,89	7,32	277,81	582	
Печенью строгоановски	180	3,85	5,33	25,72	166,9	694	
Пюре картофельное	200	0,80	0,00	18,98	77,74	1014	
Напиток из плодов шиповника В С	70	5,53	0,70	33,81	164,5	878	
Хлеб							
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК :	550,00	24,86	26,92	85,83	686,95		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	550,00	24,86	26,92	85,83	686,95		
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:	5500	265,47	248,87	946,13	7086,16		
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	550	26,547	24,887	94,613	708,616		

**Сводная ведомость по энергетической ценности 10-дневного
меню завтрак**

Для детей с 11 лет и старше

День	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергетическая ценность,ккал
Итого за 10 дней	265,47	248,87	946,13	7086,16
Средняя калорийность одного дня	26,55	24,89	94,61	708,62
Среднее соотношение белков, жиров и углеводов за 10 дней	1	1	4	
Норма (20-25% от среднесуточной нормы)	22,5	23	95,75	680
Отклонение	4	2	-1	29