


 "Согласовано"  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А. Блохина  
 для ДОКУМЕНТОВ  
 перспективное двух-недельное меню

"Утверждаю"  
  
 ИП Иванова Е.А.

**Меню**

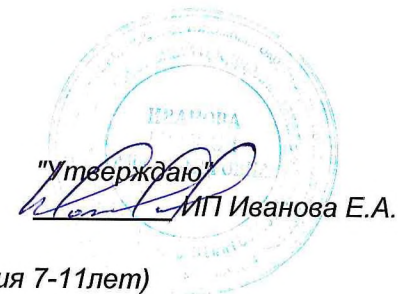
для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)  
 1 неделя ( 1 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр) 7-11 лет	Выход блюда	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калории (ккал) в блюде	Минеральные вещества				Витамины (мг)					
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C		
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)		
	Завтрак (комплекс №1)																
7/97-04	Сыр порц	15	15	4,02	4,095	0	54,15	156	0	81,75	0	0,03	0,06	0,05	0,42		
0066/286-9	Омлет смешанный с сосисками	135	135	15,1	24,3	2,2	286,8	91,4	54,2	229,8	2,76	0,32	0,46	0,19	0,3		
24/т24-96	Морковь припущенная (порц)	50	50	0,65	0,05	3,5	16,5	25,5	19	27,5	0,6	0	0,01	0	2,5		
8/627-96	Чай с лимоном	200	200	0,3	0	15,22	60	3,1	0,84	1,54	0,09	0	0	0,01	2,95		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
14/т24-96	Мандарин	100	100	0,8	0	8,6	38	35	11	17	0,1	0	0,09	0,2	38		
	Итого			21,09	28,51	39,92	511,4	315	87,9	370,6	3,75	0,35	0,63	0,67	44,17		
	обед																
5/22-04	Салат из св.помид.с перцем	100	100	0,8	4,8	3,66	107,3	9,18	3,4	32,15	0,55	0	0,08	5,9	43,2		
12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помид.	250	250	1,89	3,67	9,605	81,4	38,55	21,7	48,01	1,03	0,02	0,13	0,86	32,85		
12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	10	3,024	1,98	0	29,92	1,44	3,36	31,68	0,42	0	0,03	0,09	0		
13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	5	0,14	1	0,018	10,25	4,3	0,4	3	0,01	0,01	0,07	0	0,015		
002/437-04	Гуляш из говядины	40/50	90	12,59	10,76	3,59	160,8	10,93	15,3	136,6	1,83	0,02	0,15	1,93	1,83		
ТТК-41	Картофель, запеченный с сыром	150	150	3,44	6,49	27,65	176,3	36,72	32,4	93,7	1,28	0,04	0,25	0,32	28,06		
ТТК № 67	Напиток из вишни	200	200	0,2	0	26,78	102	10,48	1,75	4	0,17	0	0	0,08	3,99		
	Хлебцы злаковые гречневые	10	10	0,11	0,03	5,2	28	2	1,4	6,5	0,11	0	0,01	0,11	0		
	Итого			22,19	28,73	76,5	696	113,6	79,7	355,6	5,4	0,08	0,72	9,29	109,9		
	Всего за день			43,28	57,24	116,4	1207	428,6	168	726,2	9,15	0,43	1,35	9,96	154,1		

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.



Н.В.Тарасова



**Меню**

перспективное, двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)  
 1 неделя ( 2 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	Выход порции	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калори (ккал) в блюде	Минеральные вещества				Витамины (мг)			
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)
	Завтрак (комплекс №1)														
19/50-04	Салат из свеклы с сыром	50	50	2,87	2,95	4,6	56	99	18,5	62	0,6	0,03	0,05	0,5	4,5
ТТК№74а	Биф рубленый из индейки	50	50	9,75	10,17	1,19	135,2	14	16	122,1	0,93	0,06	0,14	0,43	0,84
1/472-96	Пюре картофельное	150	150	3,26	4,69	26,3	154,3	41,3	32,7	95,78	1,19	0,03	0,25	1,29	25,8
ТТК №37	Напиток из смородины	200	200	0,25	0	25,95	99,76	10,48	1,75	4	0,17	0	0	0,18	3,99
	Хлебцы злаковые гречневые)	10	10	0,11	0,03	5,2	28	2	1,4	6,5	0,11	0	0,01	0,11	0
14/м24-96	Яблоко св.	100	100	0,4	0	11,3	46	16	9	11	2,2	0	0,03	0,69	13
	<b>Итого</b>			<b>16,64</b>	<b>17,84</b>	<b>74,54</b>	<b>519,3</b>	<b>182,8</b>	<b>79,4</b>	<b>301,3</b>	<b>5,2</b>	<b>0,12</b>	<b>0,48</b>	<b>3,2</b>	<b>48,13</b>
	обед														
ТТК №80	Салат Огородничий-1	100	100	1,98	7,49	8,84	109,2	72,8	15,4	42,8	0,39	0	0,42	5,27	84,62
14/129-96	Рассольник Ленинградский(помидоры)	250	250	2,58	4,3	19,4	124,5	19,8	26,5	71,05	1,18	0	0,15	3,12	16
13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	10	10	0,28	2	0,36	20,5	8,6	0,8	6	0,02	0,02	0,01	0	0,03
ТТК №93	Биточки "Неженка" (горбуша)	90	90	22,7	11,43	0,63	197	95,84	45,4	77,64	2,6	0,06	0,28	0,73	0,19
ТТК №29	Рис с овощами	180	180	3,92	6,8	32,9	201,9	24,07	19,5	68	1,1	0,04	0,1	1,1	3,9
5/646-96	Напиток лимонный	200	200	0,144	0	24,53	94,72	6,88	1,92	3,52	1,68	0	0,01	0,04	6,64
	Хлебцы злаковые гречневые)	10	10	0,11	0,03	5,2	28	2	1,4	6,5	0,11	0	0,01	0,11	0
	Йогурт фруктовый	125	125	1,5	1,5	15	79,5	122	7,5	48	0,05	0	0,02	0,07	0,7
	<b>Итого</b>			<b>33,21</b>	<b>33,55</b>	<b>106,9</b>	<b>855,3</b>	<b>352</b>	<b>118</b>	<b>323,5</b>	<b>7,13</b>	<b>0,12</b>	<b>1,01</b>	<b>10,4</b>	<b>112,1</b>
	<b>Всего за день</b>			<b>49,85</b>	<b>51,39</b>	<b>181,4</b>	<b>1375</b>	<b>534,8</b>	<b>198</b>	<b>624,9</b>	<b>12,3</b>	<b>0,24</b>	<b>1,49</b>	<b>13,6</b>	<b>160,2</b>

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова

"Согласовано"  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

"Утверждаю"  
 ИП Иванова Е.А.

**Меню**

перспективное двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)

1 неделя (3 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр) 7-11 лет	Выход порции	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калори (ккал) в блюде	Минеральные вещества				Витамины (мг)					
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C		
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)		
	Завтрак																
1/60-04	Салат по-щекински	100	100	0,68	9,99	2,64	103	11,19	1,38	34,11	0,49	0	0,06	5,86	23,53		
004/433-04	Мясо тушеное	40/50	40/50	12,59	10,76	3,59	160,8	10,93	15,3	136,6	1,83	0,02	0,15	1,93	1,83		
11/470-96	Картофель отварной	100	100	2,046	2,64	19,73	106,1	10,84	23,1	58,7	0,91	0,01	0,17	0,18	20		
9/630-96	Чай с молоком	200	200	1,4	1,6	17,32	85,1	60,8	7	45,5	0,1	0,02	0,08	0,05	0,65		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Итого завтрак			16,94	25,05	53,68	511	97,76	49,6	287,9	3,53	0,05	0,47	8,24	46,01		
	обед																
9/24-04	Салат Полонынский*	100	100	1,48	4,99	7,032	123,2	35,64	6,6	57,85	0,76	0	0,22	6,13	52,56		
13/110-96	Борщ с капустой и картоф., пом.	250	250	1,85	1,68	13,12	76,02	44,37	31,2	50,15	1,05	0,01	0,17	0,82	20,43		
13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	5	0,14	1	0,018	10,25	4,3	0,4	3	0,01	0,01	0,07	0	0,015		
ТТК №64	Филе птицы запеченное	80	80	18,68	19,68	0,88	257,2	217,1	18,8	273,5	1,23	0,09	0,27	3,32	4,56		
7/487-96	Рагу овощное	150	150	2,8	6,4	16,78	137,5	63,69	37,6	79,34	1,29	0,04	0,3	2,9	29,62		
ТТК №12	Напиток из сухофруктов	200	200	1,33	0	37,3	144,4	8,05	0	4,59	0,21	0	0,05	0,14	1,58		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Итого			26,5	33,81	85,53	804,6	377,2	97,4	481,4	4,75	0,15	1,08	13,5	108,8		
	Всего за день			43,44	58,86	139,2	1316	474,9	147	769,3	8,27	0,19	1,55	21,8	154,8		

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А.Блохина

"Утверждаю"

ИП Иванова Е.А.

**Меню**

перспективное двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)

1 неделя ( 4 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр) 7-11 лет	Выход порции	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калори (ккал) в блюдо	Минеральные веще				Витамины (мг)				
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C	
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	
	Завтрак															
20/49-04	Салат из моркови	100	100	1,25	0,096	11,71	50,4	49,1	36,5	52,8	1,17	0	0,12	0,95	4,85	
0030/297-9	Запеканка из творога* (яйцо, мук	75	75	12,95	9,38	11,89	183,3	121	19,5	111,1	0,51	0,6	0,25	0,58	0,42	
	Молоко сгущенное с сахаром	15	15	1,13	1,27	8,4	47,25	4,6	5,1	32,85	0,03	0	0,04	0,02	0,15	
7/628-96	Чай с сахаром	200	200	0,2	0	14,97	58	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Хлебцы злаковые гречневые)	10	10	0,11	0,03	5,2	28	2	1,4	6,5	0,11	0	0,01	0,11	0	
14/м24-96	Апельсин	100	100	0,9	0	8,4	38	34	13	23	0,3	0	0,07	0,22	60	
	Итого завтрак			16,54	10,78	60,57	404,9	210,7	75,5	226,2	2,12	0,6	0,49	1,88	65,42	
	обед															
16/43-04	Салат из б/к капусты с морковью	100	100	1,55	5,01	9,96	89,07	72,35	16,4	29,9	0,15	0	0,38	0,4	40,05	
15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	250	1,9	3,12	12,24	85,54	25,01	21,6	51,32	0,91	0,02	0,14	0,77	22,25	
13/м.1-04	Сметана для 1 блюда	5	5	0,14	1	0,018	10,25	4,3	0,4	3	0,01	0,01	0,07	0	0,015	
ТТК №33	Голубцы Любительские	85/50	135	9,58	10,53	11,95	178,2	68,7	23,2	119,9	1,35	0,03	0,37	2,4	28,5	
14/471-96	Картофель в молоке	150	150	4,076	3,76	29,29	160,4	68,8	37,6	120,5	1,28	0,03	0,3	0,25	27,5	
3/631-04	Компот из св яблок	200	200	0,08	0	33,55	126,6	4,48	0	2,4	0,15	0	0,01	0,25	0,96	
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0	
	Итого			17,55	23,48	107,4	706,1	247,6	102	340	4,05	0,08	1,28	4,29	119,3	
	Всего за день			34,09	34,26	168	1111	458,4	177	566,2	6,17	0,68	1,77	6,18	184,7	

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.



Н.В.Тарасова

"Согласовано"  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

"Утверждаю"  
 ИП Иванова Е.А.

**Меню**

перспективное двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)

1 неделя ( 5 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр) 7-11 лет	Выход порции	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калори (ккал) в блюде	Минеральные вещества				Витамины (мг)				
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C	
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	
	Завтрак															
24/т24-96	Морковь припущенная (порц)	50	50	0,65	0,05	3,5	16,5	25,5	19	27,5	0,6	0	0,01	0	2,5	
ТТК №8	Рыба(горбуша) запеч.со смет.	60	60	15,85	9	0,835	148,4	143,4	28,3	63,4	1,83	0,07	1,81	0,28	0,81	
1/472-96	Пюре картофельное	150	150	3,26	4,69	26,3	154,3	41,3	32,7	95,78	1,19	0,03	0,25	1,29	25,8	
ТТК №39	Компот из яблок и груш	200	200	0,16	0	28,23	106,6	8,08	4,8	6,4	0,99	0	0,02	0,14	2,24	
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0	
	Итого завтрак			20,14	13,8	69,27	481,8	222,3	87,6	206,1	4,81	0,09	2,1	1,93	31,35	
	обед															
ТТК 89	Салат из б/ капусты и огурцов	100	100	1,4	2,5	4	44	58,6	9,84	35,84	0,22	0	0,29	1,5	33,6	
7/97-04	Сыр порц	25	25	6,7	6,8	0	90,25	160	0	135,7	0	0,05	0,1	0,1	0,42	
9/38-04	Суп картофельный с клецками	250/30	250/30	2,63	3,53	18,97	113,8	17,2	19,8	54,2	0,85	0,03	0,14	0,79	11,5	
12/т8-96	Мясо отварное для 1 блюда	10	10	3,024	1,98	0	29,92	1,44	3,36	31,68	0,42	0	0,03	0,09	0	
ТТК № 56	Филе из птицы тушеное в соусе	75/50	125	18,88	16,98	3,5	242,2	15,9	28,1	228,9	1,79	0,09	0,26	0,93	2,16	
6/464-96	Рис отварной	180	180	4,64	6,26	50,22	262,9	17,49	13,9	64,48	1,19	0,03	0,08	0,47	0	
ТТК №11	Напиток из изюма	200	200	0,909	0	38,72	149	33,49	11,6	16,51	0,52	0	0,06	0,22	4,75	
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0	
	Итого			38,4	38,11	125,8	988	308,1	89,3	580,4	5,19	0,2	0,97	4,32	52,43	
	Всего за день			58,54	51,91	195,1	1470	530,4	177	786,4	10	0,3	3,07	6,25	83,78	

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова

"Согласовано"  
 Директор МБОУ СОШ №12  
 Е.А.Блохина

"Утверждаю"  
 ИП Иванова Е.А.

**Меню**

перспективное двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)  
 2 неделя (1 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр) 7-11 лет	Выход порции	Всего Белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калори (ккал) в блюде	Минеральные вещества				Витамины (мг)					
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C		
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)		
	Завтрак																
7/97-04	Сыр порц	15	15	4,02	4,095	0	54,15	156	0	81,75	0	0,03	0,06	0,05	0,42		
0043/317-0	Запеканка пшеничная с грушей	250	250	9,8	9,6	60,24	352	90,52	74,5	204	5,14	0,09	0,58	1,11	2,11		
	Молоко сгущенное с сахаром	20	20	1,44	1,7	11,2	63	61,4	6,8	43,8	0,04	0,01	0,05	0,03	0,2		
9/630-96	Чай с молоком	200	200	1,4	1,6	17,32	85,1	60,8	7	45,5	0,1	0,02	0,08	0,05	0,65		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
14/т24-96	Мандарин	100	100	0,8	0	8,6	38	35	11	17	0,1	0	0,09	0,2	38		
	Итого завтрак			17,68	17,06	107,8	648,3	407,7	102	405,1	5,58	0,14	0,87	1,66	41,38		
	обед																
15/42-04	Салат из б/к капусты с яблокам	100	100	1,29	4,99	10,61	135,4	62,7	12	23,9	0,45	0	0,32	0,34	37,6		
13/110-96	Борщ с капустой и картоф., пом	250	250	1,85	1,68	13,12	76,02	44,37	31,2	50,15	1,05	0,01	0,17	0,82	20,43		
13/т. 1-04	Сметана для 1 блюда	5	5	0,14	1	0,018	10,25	4,3	0,4	3	0,01	0,01	0,07	0	0,015		
0027/309-9	Минтай тушеный с овощами	50/50	100	10,27	5,44	4,77	108,4	14,54	44,3	19,54	0,9	0	0,18	4,11	2,94		
1/47? 96	Гюре картофельное	180	180	3,92	5,6	31,64	185	49,57	39,4	115,1	1,44	0,03	0,31	1,55	31,05		
12/638 04	Компот из кураги	200	200	1,04	0	33,14	129,2	32,2	21,6	29,6	2,46	0	0,1	0,36	11,6		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Йогурт фруктовый	125	125	1,5	1,5	15	79,5	122	15	96	0,05	0	0,02	0,07	0,7		
	Итого			20,23	20,27	118,7	779,8	333,7	167	350,3	6,56	0,06	1,18	7,47	104,3		
	Всего за день			37,91	37,33	226,5	1428	741,4	269	755,4	12,1	0,2	2,05	9,13	145,7		

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.



Н.В.Тарасова

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А.Блохина

"Утверждаю"

ИП Иванова Е.А.

**Меню**

перспективное двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)

2 неделя ( 2 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр) 7-11 лет	Выход порции	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калори (ккал) в блюде	Минеральные вещества				Витамины (мг)					
								Са	Mg	P	Fe	A	B	E	C		
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)		
	Завтрак																
7/97-04	Сыр порц	10	10	2,68	2,73	0	36,1	104	0	54,5	0	0,02	0,04	0,34	0,28		
0028/377-04	Рыба (горбуша) жареная	50	50	12,8	7,19	2,23	124,3	29,1	26,7	2,58	1,76	0,02	0,13	1,93	0		
20/523-04	Капуста отварная	150	150	2,9	3,8	8,6	78,9	135,6	25,4	50,03	0,04	0,02	0,7	0,27	70		
7/628-96	Чай с сахаром	200	200	0,2	0	14,97	58	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
14/т24-96	Яблоко св.	100	100	0,4	0	11,3	46	16	9	11	2,2	0	0,03	0,69	13		
	Итого завтрак			19,2	13,78	47,5	399,3	288,7	63,9	131,1	4,2	0,06	0,91	3,45	83,28		
	обед																
1К 17/39-04	Салат Витаминный(капуста,яб.	100	100	1,106	5,02	12,73	98,03	49,72	16,3	28,14	0,38	0	0,22	4,3	21,8		
15/132-96	Суп из овощей с помидорами	250	250	1,85	4,27	12,2	95,5	24	21,5	50,47	0,9	0	0,14	3,03	22,25		
13/т 1-04	Сметана для 1 блюда	5	5	0,14	1	0,018	10,25	4,3	0,4	3	0,01	0,01	0,07	0	0,015		
1ТК № 71	Биточки из птицы, запечен. с сы	80	80	11,3	17,98	8,6	237,7	143	17,3	179,3	1,07	0,06	0,48	1,61	0,5		
5/463-96	Гречка отварная	150	150	8,8	6,14	47,24	265,5	49,74	68,2	207,8	5,56	0,03	0,51	2,9	0		
1ТК №37	Напиток из смородины	200	200	0,25	0	25,95	99,76	10,48	1,75	4	0,17	0	0	0,18	3,99		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Итого			23,67	34,47	117,1	862,7	285,3	128	485,7	8,29	0,1	1,43	12,2	48,56		
	Всего за день			42,87	48,25	164,6	1262	574	192	616,9	12,5	0,16	2,34	15,7	131,8		

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.



Н.В.Тарасова

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А.Блохина

"Утверждаю"

ИП Иванова Е.А.

### Меню

перспективное двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)

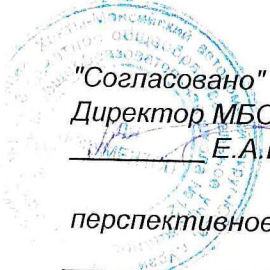
2 неделя (3 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр) 7-11 лет	Выход порции	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калории (ккал) в блюде	Минеральные вещества				Витамины (мг)					
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C		
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)		
	Завтрак																
20/49-04	Салат из моркови	50	50	0,06	0,05	5,8	25,4	24,55	18,5	26,4	0,6	0	0,05	0,48	2,43		
0034/296-9	Пудинг из творога (масло сл)	100	100	14,6	9,92	23,07	237,1	152,7	25,9	215,1	0,74	0,07	0,32	0,6	0,55		
	Молоко сгущенное с сахаром	20	20	1,44	1,7	11,2	63	61,4	6,8	43,8	0,04	0,01	0,05	0,03	0,2		
7/628-96	Чай с сахаром	200	200	0,2	0	14,97	58	0	0	0	0	0	0	0	0		
	Хлебцы злаковые гречневые	10	10	0,11	0,03	5,2	28	2	1,4	6,5	0,11	0	0	0	0		
14/т24-96	Яблоко св.	150	150	0,6	0	16,95	69	24	13,5	16,5	3,3	0	0,05	0,95	19,5		
	Итого завтрак			17,01	11,7	77,19	480,5	264,7	66,1	308,3	4,79	0,07	0,48	2,17	22,68		
	обед																
4/20-04	Салат из св.помидор.и огурцов	100	100	0,7	4,99	2,86	103,9	13,18	1,4	36,95	0,49	0	0,06	5,82	12		
12/120-96	Щи из св.капусты с карт.,помид.	250	250	1,89	3,67	9,605	81,4	38,55	21,7	48,01	1,03	0,02	0,13	0,86	32,85		
13/т.1-04	Сметана для 1 блюда	5	5	0,14	1	0,018	10,25	4,3	0,4	3	0,01	0,01	0,07	0	0,015		
0067/303-9	Горбуша припущенная	100	100	25,7	8,54	0,29	180,6	59,5	51,4	1,74	3,6	0,04	0,25	2,7	0,3		
15А/240-96	Картофель запеченный в смет.	180	180	5,056	11,48	29,03	233,1	87,01	32,7	120,9	1,27	0,11	0,3	0,31	25,43		
11/705-04	Напиток из шиповника	200	200	0,8	0	26,97	106,7	13,5	4	4	5,65	0	0,2	0,11	240,1		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Йогурт фруктовый	125	125	1,5	1,5	15	79,5	122	15	96	0,05	0	0,02	0,07	0,7		
	Итого			36,01	31,24	94,17	851,5	342	129	323,6	12,3	0,18	1,04	10,1	311,3		
	Всего за день			53,02	42,94	171,4	1332	606,7	195	631,9	17,1	0,25	1,51	12,3	334		

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова





"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А.Блохина

"Утверждаю"

ИП Иванова Е.А.

**Меню**

перспективное двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)  
2 неделя ( 4 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр)	Выход (гр)	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калори (ккал) в блюде	Минеральные веще				Витамины (мг)					
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C		
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)		
	Завтрак																
0020/413-0	Сосиски отварные	69	69	7,38	15,18	0	166,2	17,4	12	96,6	1,02	0	0	0,18	0		
0069/549-9	Соус молочный (крахмал)	50	50	1,09	3,01	8,73	64,8	47	5,3	36,6	0,05	0,02	0,06	0,09	0,38		
1/472-96	Пюре картофельное	180	180	3,92	5,6	31,64	185	49,57	39,4	115,1	1,44	0,03	0,31	1,55	31,05		
9/630-96	Чай с молоком	200	200	1,4	1,6	17,32	85,1	60,8	7	45,5	0,1	0,02	0,08	0,05	0,65		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Итого завтрак			14,01	25,45	68,09	557,1	178,8	66,5	306,8	2,81	0,07	0,46	2,09	32,08		
	обед																
ТК 17/39-04	Салат Витаминный(яблоки,мор	100	100	1,106	5,02	12,73	98,03	49,72	16,3	28,14	0,38	0	0,22	4,3	21,8		
8/с/138-96	Суп картофельный с горохом и	200/20	220	6,64	4,46	31,8	186,3	39,78	39,8	108,4	2,37	0,02	0,38	3,15	11,63		
ТТК №78	Котлета натуральная рубленая	50	50	11,8	11,4	0,7	151,8	10,4	16,9	130,2	1,68	0,02	0,19	1,12	0,7		
0069/549-9	Соус молочный (крахмал)	50	50	1,09	3,01	8,73	64,8	47	5,3	36,6	0,05	0,02	0,06	0,09	0,38		
20/523-04	Капуста отварная	150	150	2,9	3,6	8,6	78,9	135,6	25,4	50,03	0,04	0,02	0,7	0,27	70		
24/м/24-96	Морковь припущенная (порц)	50	50	0,65	0,05	3,5	16,5	25,5	19	27,5	0,6	0	0,01	0	2,5		
ТТК №11	Напиток из изюма	200	200	0,909	0	38,72	149	33,49	11,6	16,51	0,52	0	0,06	0,22	4,75		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Итого			25,32	27,6	115,2	801,3	345,5	137	410,3	5,84	0,08	1,63	9,37	111,8		
	Всего за день			39,33	53,05	183,3	1358	524,3	204	717,1	8,65	0,15	2,08	11,5	143,8		

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.

Н.В.Тарасова

"Согласовано"

Директор МБОУ СОШ №12

Е.А.Блохина

"Утверждаю"

ИП Иванова Е.А.

**Меню**

перспективное двух-недельное меню для детей, больных целиакией (возрастная категория 7-11 лет)

2 неделя ( 5 день)

Номер ТК или ТТК	Наименование блюда	Выход (гр) 7-11 лет	Выход порции	Всего белков (гр)	Всего жиров (гр)	Всего углевод (гр)	Всего калории (ккал) в блюде	Минеральные вещества				Витамины (мг)					
								Ca	Mg	P	Fe	A	B	E	C		
								Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)	Всего (мг)		
	Завтрак																
ТТК №89 0036/444-0	Салат из б/к капусты и огурцов	100	100	1,4	2,5	4	44	58,6	9,84	35,84	0,22	0	0,29	1,5	33,6		
	Глов по- узбекски	30/150	180	13,77	21,58	42,68	409,4	40,9	38,1	177,8	2,79	0	0,22	10,9	3,3		
ТТК №10	Напиток кофейный на сг.молоке	200	200	1,38	1,64	13,64	71,35	58,39	6,46	41,61	0,05	0,01	0,01	0,04	0,22		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Итого завтрак			16,77	25,78	70,72	580,8	161,9	57,2	268,3	3,26	0,01	0,53	12,7	37,12		
	обед																
8/97 04	Огурец свежий	60	60	0,42	0	1,08	6	10,2	0	25,2	0,3	0,01	0,03	0,06	4,2		
16/133 96	Суп картофельный со сладким п	250	250	1,65	5,055	12	101	15	19,7	17,8	0,89	0	0,15	3,57	56,5		
ТТК №95а	Суфле из филе индейки	50	50	13,4	9,82	0,73	146,2	22,6	19,9	147,2	2,99	0,08	0,16	0,6	0,015		
0069/549 9	Соус молочный (крахмал)	50	50	1,09	3,01	8,73	64,8	47	5,3	36,6	0,05	0,02	0,06	0,09	0,38		
14/471-96	Картофель в молоке	180	180	4,076	3,76	29,29	160,4	68,8	37,6	120,5	1,28	0,03	0,3	0,25	27,5		
ТТК №54	Напиток грушевый с черной смо	200	200	0,15	0	27,03	102,3	7,23	3,35	4,8	0,07	0	0,01	0,12	2,24		
	Хлебцы злаковые гречневые)	20	20	0,22	0,06	10,4	56	4	2,8	13	0,2	0	0,01	0,22	0		
	Йогурт фруктовый	125	125	1,5	1,5	15	79,5	122	15	96	0,05	0	0,02	0,07	0,7		
	Итого			22,51	23,21	104,3	716,1	296,8	104	461,1	5,83	0,14	0,75	4,98	91,54		
	Всего за день			39,28	48,99	175	1297	458,7	161	729,4	9,08	0,14	1,27	17,7	128,7		

Заместитель директора по общественному питанию ИП Иванова Е.А.



Н.В.Тарасова