

Примерное 2-х недельное меню для учащихся 12 лет и старше, больных сахарным диабетом

№ рецеп.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (апельсин)	120	0.480	0.480	11.760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7.300	7.550	0.080	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/ 5	8.937	10.150	68.110	399
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0.100	0.250	0.020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		565	18.317	18.730	93.470	614
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (яблоко зеленое)	120	0.480	0.480	11.760	53
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	100	1.551	5.085	15.175	113
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	4.900	5.206	25.045	166
№266/2015г,Дели	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ	100г	15.283	14.827	9.865	234
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ (без томатной пасты)	180	3.360	4.850	20.168	138
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
Итого:		1000	28.284	30.998	119.533	870
	Всего	1565	46.601	49.728	213.003	1484
2 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (мандарин)	120	0.480	0.480	11.760	53
15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ 10 г	10	6.330	6.266	0.4	83
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/5	9.437	11.717	44.092	320
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0.320	0.140	20.440	84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		565	18.067	18.903	90.192	602
ОБЕД						
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	0.758	1.088	8.360	46
№99/2015г,Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	3.275	4.332	25.045	152
№291/2015г,Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	50/180	20.200	22.195	39.166	441
№348/2015г,Дели	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.440	0.020	29.760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
Итого:		840	27.173	28.135	124.831	865
	Всего	1405	45.240	47.038	215.023	1467
3 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Банан)	120	0.480	0.480	11.760	53

№3/2015г,Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ	25/10/10	6.940	8.160	11.330	147
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8.895	9.061	38.033	269
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		600	18.025	18.051	89.643	592
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Груша)	120	0.480	0.480	11.760	53
№ 49 Сбор. рецеп. 2004 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	0.990	0.140	8.780	40
№98/2015г,Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250г	2.356	2.485	12.900	83
№250/2015г,Дели	БЕФСТРОГАНОВ	50/50	15.790	18.175	5.620	249
№136/2015г,Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	180	6.42	6.240	38.8	237
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0.440	0.020	29.760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
Итого:		1000	28.976	28.040	130.120	888
Всего		1600	47.001	46.091	219.763	1480
4 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Апельсин)	120	0.480	0.480	11.760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7.300	7.550	0.080	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/ 5	8.937	10.150	68.110	399
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0.100	0.250	0.020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		565	18.317	18.73	93.470	614
ОБЕД						
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	100	1.551	4.085	15.175	113
№96/2015г,Дели	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель очищ.)	250	2.856	2.981	21.156	123
№288/2015г,Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15.990	16.170	7.320	238
№139/2015г,Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	2.142	2.288	14.400	86
№ 216 Сбор.2004	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ	90	1.950	1.830	14.680	83
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0.125	0.050	24.877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
Итого:		890	27.114	27.904	120.108	848
Всего:		1455	45.431	46.634	213.578	1462
5 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Мандарин)	120	0.480	0.480	11.760	53
№ 42 /1983 г № 15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6.330	6.266	0.4	83
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/5	9.437	11.717	44.092	320
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0.320	0.140	20.440	84

	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		565	18.067	18.903	90.192	602
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Яблоко зеленое)	120	0.480	0.480	11.760	53
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1.430	5.050	15.170	112
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2.430	3.680	10.400	84
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (паровые, без пшенич.муки, хлеба, сухарей)	100	12.270	12.280	1.760	167
№302/2015г,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7.940	6.470	48.050	282
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
Итого:		1005	27.260	28.510	124.660	864
Всего		1570	45.327	47.413	214.852	1466
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Груша)	120	0.480	0.480	11.760	53
№3/2015г,Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб сельский)	25/10/10	6.940	8.160	11.330	147
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8.895	9.061	38.033	269
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200/15	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		615	18.025	18.051	89.643	592
ОБЕД						
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	1.550	5.080	15.175	113
№99/2015г,Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	3.275	4.332	25.045	152
№ 268/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	100г	16.478	14.950	7.340	225
№ 510/2015г,Дели	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180/5	3.700	3.340	26.020	149
№348/2015г,Дели	КОМПОТИЗ УРЮКА	200	0.440	0.020	29.760	121
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
Итого:		890	27.943	28.222	125.840	865
Всего		1505	45.968	46.273	215.483	1457
2 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Банан)	120	0.480	0.480	11.760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7.300	7.550	0.080	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/ 5	8.937	10.150	68.110	399
№376 Дели 2015	ЧАЙ без сахара	200	0.100	0.250	0.020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		565	18.317	18.730	93.470	614
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Апельсин)	120	0.480	0.480	11.760	53
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	100	1.551	5.085	15.175	113

№96/2015г,Дели	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (картофель очищ.)	250	2.856	2.981	21.156	123
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (паровые, без пшенич.муки, хлеба, сухарей)	100	12.270	12.280	1.760	167
№136/2015г,Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	180	6.42	6.240	38.8	237
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
Итого:		1000	26.287	27.616	126.17	859
Всего:		1565	44.604	46.346	219.64	1473
2 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Мандарин)	120	0.480	0.480	11.760	53
15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6.330	6.266	0.4	83
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/5	9.437	11.717	44.092	320
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0.320	0.140	24.440	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		565	18.067	18.903	94.192	618
ОБЕД						
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	100	0.758	1.088	8.360	46
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250/ 10	4.900	5.206	25.048	166
№294/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (без хлеба, сухарей)	100	13.500	17.155	9.855	248
№302/2015г,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7.940	6.470	48.050	282
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0.125	0.050	17.877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
Итого:		890	29.723	30.469	131.690	947
Всего:		1455	47.790	49.372	225.882	1565
3 ДЕНЬ						
ЗАВТАРК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Яблоко)	120	0.480	0.480	11.760	53
№3/2015г,Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб ржаной)	25/10/10	6.940	8.160	11.330	147
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8.895	9.061	38.033	269
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0.440	0.020	19.060	78
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
Итого:		600	18.255	18.021	93.683	609
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Груша)	120	0.480	0.480	26.740	113
№ 49 Сбор. рецеп. 2004 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ (без сахара)	100	0.990	0.140	8.780	40
№98/2015г,Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250г	2.356	2.485	12.900	83
№ 371 Сбор.2004г	ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ (ФИЛЕ)	100	17.070	18.650	2.027	244
№139/2015г,Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	90	2.142	2.288	14.400	86

№ 216 Сбор.2004	КАРТОФЕЛЬ ТУШЁНЫЙ	90	1.950	1.830	14.680	83
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА без сахара	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
	Итого:	1000	27.698	0.423	117.047	815
	Всего	1600	45.953	44.444	210.730	1424
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Апельсин)	120	0.480	0.480	11.760	53
№ 14/2015 г Дели	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	7.300	7.550	0.080	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/ 5	8.937	10.150	68.110	400
№376/2015г,Дели	ЧАЙ без сахара	200	0.100	0.250	0.020	3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
	Итого:	565	18.317	18.730	93.470	615
ОБЕД						
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ (капуста,морковь,без сахара,м/раст)	100	1.551	4.085	15.175	103
№99/2015г,Дели	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	3.275	4.332	25.045	152
Рец.№265 Сбор.2015г Дели	ПЛОВ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50/180	22.105	20.640	24.110	399
№348/2015г,Дели	КОМПОТ ИЗ УРЮКА	200	0.440	0.020	31.760	129
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.200	0.500	22.500	105
	Итого:	800	29.6	29.577	118.590	888
		1365	47.9	48.307	212.060	1503
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Мандарин)	120	0.480	0.480	11.760	53
15/2015г Дели	СЫР ПОРЦИЯМИ	10	6.330	6.266	0.4	83
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ (без сахара)	200/5	9.437	11.717	44.092	320
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ без сахара	200	0.320	0.140	20.440	84
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
	Итого:	565	18.067	18.903	90.192	602
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Яблоко красное)	120	0.480	0.480	11.760	53
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ (без сахара)	100	1.430	5.050	15.170	112
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2.430	3.680	10.400	84
№288/2015г,Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15.990	16.170	7.320	238
№ 510/2015г,Дели	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180/5	3.700	3.340	26.020	149
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	105
	Итого:	1005	26.740	29.270	108.190	802
	Всего:	1570	44.807	48.173	198.382	1404
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Груша)	120	0.480	0.480	11.760	53
№3/2015г,Дели	БУТЕРБРОД С СЫРОМ, МАСЛОМ (хлеб ржаной)	25/10/10	6.940	8.160	11.330	147
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГЕРКУЛЕСОВОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	200/5	8.895	9.061	38.033	269

№378/2015г.,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара	200	0.440	0.020	19.060	78
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1.500	0.300	13.500	62
	Итого:	600	18.255	18.021	93.683	609
ОБЕД						
№47/2015г.,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ (без сахара)	100	1.550	5.080	15.175	113
№97/2015г.,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	4.900	5.206	25.045	166
№ 268/2015г.,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	100г	16.478	14.950	7.340	225
№136/2015г.,Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	180	6.42	6.240	38.8	237
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ без сахара	200	0.125	0.050	24.877	100
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2.500	0.500	22.500	84
	Итого:	895	31.973	32.026	133.737	925
	Всего:	1495	50.228	50.047	227.420	1534

Примерное 2-х недельное меню для учащихся 12 лет и старше, больных целиакией

№ рец.	Наименование блюд	Выход	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Калорийность, ккал
1 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7.610	8.840	5.744	133
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250/5	9.437	11.717	44.092	320
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0.273	0.057	15.230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	582	18.820	20.864	82.316	593
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Яблоко)	120	0.480	0.480	11.760	53
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1.551	5.080	15.175	113
№ 111 сб.рецептур 2004 г.	БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты)	250	3.730	2.350	31.480	162
№266/2015г,Дели	БИФСТЕКС РУБЛЕННЫЙ	100г	15.283	14.827	9.865	234
№302/2015г,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7.940	6.470	53.050	302
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ 40 г	40	1.92	1.96	8.8	59
	Итого:	990	31.114	31.217	140.700	984
	ВСЕГО	1572	49.934	52.081	223.016	1577
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Мандарин)	90	0.480	0.480	4.760	56
№14/2015г Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7.30	7.55	0.8	100
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом)	250/ 5	8.585	9.537	56.178	345
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200/ 15	0.320	0.140	20.440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	595	18.185	17.96	99.428	662
ОБЕД						
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	100	0.758	1.088	8.360	46
№99/2015г,Дели	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250 /10	3.275	4.332	25.045	152
№291/2015г,Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты)	50/180	20.200	22.195	39.166	442
№348/2015г,Дели	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.440	0.020	29.760	121
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59
	Итого:	830	26.593	29.595	111.131	820
	ВСЕГО	1425	44.778	47.552	210.559	1482
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Банан)	120	0.480	0.480	11.760	53
№29/2015г,Дели	Яицо отварное	1 шт	6.255	5.918	0.28	79
№303/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом	200/5	9.181	11.940	50.409	346
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	598	17.626	18.638	94.719	616
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Груша)	120	0.480	0.480	11.760	53

№ 59/2015 г Дели	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С ЯБЛОКАМИ	100	0.990	0.140	8.780	40
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	250	2.430	3.680	10.400	88
№260/2015г,Дели	ГУЛЯШ (без томатной пасты, пшенич.муки)	50/50	15.194	17.678	10.845	263
№136/2015г,Дели	ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ	180	6.42	6.140	38.8	236
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200/15/7	0.440	0.020	29.760	121
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59
	Итого:	1012	27.874	30,098	119.145	860
	ВСЕГО	1610	45.500	48.736	213.864	1476
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7.610	8.840	5.744	133
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250/5	9.437	11.717	44.092	320
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0.273	0.057	15.230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	582	18.820	20.864	82.316	593
ОБЕД						
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1.551	4.085	15.175	104
№102/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	3.816	3.475	26.965	156
№289/2015г,Дели	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты, пшенич.муки)	180/50г	20.772	19.855	49.180	459
№ 704 2004 г	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200/15	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59
	Итого:	835	28.269	29.425	115.140	839
	ВСЕГО	1417	47.089	50.289	197.456	1432
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Апельсин)	90	0.480	0.480	4.760	56
№14/2015г Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7.30	7.55	0.8	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом)	250/ 5	8.585	9.537	56.178	345
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.320	0.140	20.440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	580	18.185	17.957	99.428	659
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (яблоко зеленое)	120	0.480	0.480	26.74	113
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1.430	3.051	9.105	68
№88/2015г,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	250	2.430	3.680	10.400	84
№ 464 Сбор. рецеп. 2004 г	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.хлеба)	100	12.270	12.280	1.760	172
Сб.,М:ДеЛи плюс,2015,рец,№199	ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ	180	9.114	6.260	42.956	265
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59
	Итого:	990	27.854	27.761	114.781	822
	ВСЕГО	1370	46.039	45.718	214.209	1481
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Груша)	120	0.480	0.480	11.760	53
№29/2015г,Дели	Яицо отварное	1 шт	6.255	5.918	0.28	79

№ 305, Сбор. рец 2004 г	КАША МОЛОЧНАЯ "ЯНТАРНАЯ" с МАСЛОМ	200/5	9.146	13.700	42.128	328
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200/15	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
Итого:		613	17.591	20.398	86.438	598
ОБЕД						
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1.551	4.080	15.175	104
№97/2015г,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ МЯСНЫМИ	250 /10	4.900	5.000	25.045	166
№ 268/2015г,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	100г	16.478	14.950	7.340	230
№139/2015г,Дели	КАПУСТА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты, пшенич.муки)	180	4.300	4.570	28.900	172
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ	200	0.125	0.050	24.877	100
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59
Итого:		850	29.274	30.610	110.137	831
	ВСЕГО	1463	46.865	51.008	196.575	1429
2 неделя						
1 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7.610	8.840	5.744	133
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250/5	9.437	11.717	44.092	317
№376 Дели 2015	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0.273	0.057	15.230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
Итого:		582	18.820	20.864	82.316	590
ОБЕД						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Банан)	120	0.48	0.48	11.76	53
№45/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1.551	4.085	15.175	104
№ 111 сб.рецептур 2004 г.	БОРЩ СИБИРСКИЙ (без томатной пасты)	250	3.730	2.350	31.480	162
№ 281/2015г,Дели	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ (без хлеба)	100	16.750	13.300	8.400	220
№304/2015г,Дели	РИС ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	180/5	4.640	5.270	36.060	210
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ УРЮКА	200/15	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59
Итого:		1010	29.281	27.495	126.695	869
	ВСЕГО	1592	48.101	48.359	209.011	1459
2 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Мандарин)	90	0.480	0.480	4.760	56
№14/2015г Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7.30	7.55	0.8	97
№173/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом)	250/ 5	8.585	9.537	56.178	345
№377/2015г,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.320	0.140	20.440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
Итого:		580	18.185	17.957	99.428	659
ОБЕД						
№52/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (с маслом)	100	0.758	1.088	8.360	46
№99/2015г,Дели	СУП ОВОЩНОЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250 /10	3.275	4.332	25.045	152
№288/2015г,Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15.990	16.170	7.320	238
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4.360	4.850	35.300	203
№ 705 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.920	1.96	8.8	59
Итого:		880	26.513	28.450	109.85	802
	ВСЕГО	1460	44.698	46.407	209.278	1461
3 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Груша)	120	0.480	0.480	11.760	53
№29/2015г,Дели	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	1 шт	6.255	5.918	0.28	79
№303/2015г,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом	200/5	9.181	11.940	50.409	346
№378/2015г,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0.210	0.050	15.020	61

	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	598	17.626	18.638	94.719	616
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Яблоко красное)	120	0.480	0.480	11.760	56
№47/2015г,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1.551	4.080	15.175	104
№98/2015г,Дели	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	250г	2.356	1.400	12.900	74
№ 371 Сбор.2004г	ГОРБУША ПРИПУЩЕННАЯ	100	17.070	18.650	2.020	244
№312/2015г,Дели	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МАСЛОМ	180/5	3.864	4.460	50.480	258

№348/2015г.,Дели	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59.2
	Итого:	995	27.451	31.080	116.155	856
	ВСЕГО	1593	45.077	49.718	210.874	1472
4 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№340 сбор.2004/210 Дели 2015	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	7.610	8.840	5.744	133
№173/2015г.,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЁННОЙ КРУПЫ С МАСЛОМ	250/5	9.437	11.717	44.092	320
№376/2015г.,Дели	ЧАЙ С САХАРОМ	200/15/7	0.273	0.057	15.230	63
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	582	18.820	20.864	82.316	593
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ(Мандарин)	120	0.480	0.480	11.760	53
№45/2015г.,Дели	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	100	1.551	4.085	15.175	104
№102/2015г.,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250	3.816	3.475	26.965	156
№291/2015г.,Дели	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (без томатной пасты)	50/180	20.200	22.195	39.166	437
№ 704 2004 г	НАПИТОК ИЗ КУРАГИ	200/15	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59.2
	Итого:	955	28.177	32.245	116.886	870
	ВСЕГО	1537	46.997	53.109	199.202	1463
5 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Мандарин)	90	0.480	0.480	4.760	56
№14/2015г Дели	Масло Сливочное (Порциями)	10	7.30	7.55	0.8	97
№173/2015г.,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ (с маслом)	250/ 5	8.585	9.537	56.178	345
№377/2015г.,Дели	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0.320	0.140	20.440	84
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	580	18.185	17.957	99.428	659
ОБЕД						
№ 338 Дели 2015 г	ФРУКТ (Банан)	120	0.480	0.480	11.760	56
№ 62 Дели 2015 г	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	100	1.430	3.051	9.105	68
№88/2015г.,Дели	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ (без томатной пасты)	250	2.430	3.680	10.400	88
№288/2015г.,Дели	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	15.990	16.170	7.320	238
№302/2015г.,Дели	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	180	7.940	6.470	53.050	302
№ 631 Сбор. рецеп. 2004 г	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	0.440	0.020	31.760	129
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	975	30.210	30.121	140.645	958
	ВСЕГО	1555	48.395	48.078	240.073	1617
6 ДЕНЬ						
ЗАВТРАК						
№ 338/2015 г Дели	ФРУКТ (Апельсин)	120	0.480	0.480	11.760	53
№29/2015г.,Дели	Яицо отварное	1 шт	6.255	5.918	0.28	79
№303/2015г.,Дели	КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА с маслом	200/5	9.181	11.940	50.409	346
№378/2015г.,Дели	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	0.210	0.050	15.020	61
	ХЛЕБЦЫ РИСОВЫЕ	25	1.5	0.25	17.25	77
	Итого:	598	17.626	18.638	94.719	616
ОБЕД						
№47/2015г.,Дели	САЛАТ ИЗ КВАШЕННОЙ КАПУСТЫ	100	1.551	4.080	15.175	104
№97/2015г.,Дели	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	250\10	4.900	5.000	25.045	166
№ 268/2015г.,Дели	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ (без пшенич.муки,хлеба,сухарей)	100г	16.478	14.950	7.340	230
№ 541/2004 год	РАГУ ОВОЩНОЕ	180	4.360	4.850	35.300	203
№ 700 Сбор. рецеп. 2004 г	НАПИТОК ИЗ ЗАМОРОЖЕННОЙ КЛЮКВЫ	200	0.125	0.050	24.877	100
	ХЛЕБЦЫ ГРЕЧНЕВЫЕ	40	1.92	1.96	8.8	59.2