

Рацион: безглютен Период: весенний День: понедельник
 Недела: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
№189 партнер2013	Каша "Дружба" с маслом сливочным195/5	200	6,30	7,60	34,30			228,60	
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
ТТК	Хлебцы безглютеновые	15,00	1,95	0,30	11,10			56,40	
ТК№5	Сыр порционно	10	2,60	2,70	0,0			38,20	
ТТК	Печенье безглютеновое	25	3,00	4,50	28,3			164,50	
ТК№6	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,3	0,1			66,1	
Итого за завтрак		460	13,93	22,4	83,83			593,8	
Стоимость завтрака		76,96							
Обед (2 смена)									
57 Партнер 2013	Рассолыник домашний со сметаной	200	1,80	4,30	11,80			94,20	
184 партнер2013	Фрикадельки натуральные мясные с бульоном	40	11,50	2,20	7,00			93,80	
204 партнер2013	Макароны отаварные безглютеновые с маслом сливочным	150	5,60	4,50	34,90			204,10	
271 Партнер.2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20			112,80	
Итого за Обед		620	22,8	11,6	85,9			544,9	
Стоимость обеда		86,07							

Рацион: безглютен День: вторник
 Недела: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
№124Партнер2013	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном	40	9,40	4,70				80,00	

133 Партнер 2013	Картофельное пюре	200	4,20	7,06	29,00	197,10
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40
Итого за Завтрак		455	15,6	12,1	50,1	373,5
Стоимость завтрака		76,96				
Обед (2 смена)						
63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом	250	6,9	2,60	25,20	151,20
ТТК№61	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	150	7,0	8,10	29,00	216,00
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
ТТК	Печенье безглютеновое	25	3,00	4,50	28,3	164,50
Итого за Обед		655	20,89	15,89	117	695,1
Стоимость обеда		86,07				

Рацион: безглютен

День: среда

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
211 Партнер 2013	Омлет натуральный 120/5	125	10,60	15,60	1,80			190,00	
ТТК№6	Масло сливочное порционно	10	0,08	7,3	0,1			66,1	
294 Партнер,2013	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	20,00			76,00	
ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10			56,40	
Итого за Завтрак		350	12,6	23,2	33,0			388,5	
Стоимость завтрака		76,96							
Обед (2 смена)									
№59 партнер,2013	Суп картофельный с безглютеновыми макаронными изделиями	200	2,10	2,00	15,1			89,30	
№124Партнер,2013	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном	40	9,40	4,70				80,00	
№167 Партнер,2013	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	150	4,60	4,90	20,70			146,60	
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	

ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,80	22,20	112,80
Итого за Обед		620	20	12,2	68	468,7
Стоимость обеда		86,07				

Рацион: безглютен

День: четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	
Завтрак (1 смена)							
ТТК№61/1	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9,3	10,80	38,70	288,00	
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00	
ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40	
ТК№3	Фрукты(яблоко)	100	0,40	0,40	9,8	47,00	
Итого за Завтрак		515	11,7	11,5	69,6	431,4	
Стоимость завтрака		76,96					
Обед (2 смена)							
№65 Партнер 2013	Суп овощной со сметаной 195/5	200	1,60	3,90	6,60	76,90	
№124Партнер2013	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном	40	9,40	4,70		80,00	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	150	3,15	5,30	21,80	148,10	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50	
ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80	
Итого за Обед		620	18,25	14,50	65,10	476,30	
Стоимость обеда		86,07					

Рацион: безглютен

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	7	
1	2	3	4	5	6	7	

Завтрак (1 смена)										
№ п/п	Группы	Наименование блюда	Масса порции	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	Итого за завтрак	Стоимость завтрака	
204	Партнер 2013	Гуляш из говядины (без мучной пассеровки) 30/60	80	9,70	11,00	13,00	193,10			
271	Партнер 2013	Макаронные отварные безглютеновые с маслом	170	6,30	4,90	40,80	234,20			
	ТТК	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00			
	ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40			
Итого за Завтрак			465	18,0	16,2	74,9	523,7			
Обед (2 смена)										
Партнер 2013 №54		Борщ из свежей капусты со сметаной	250	2,10	6,40	11,7	115,00			
ТТК №60		Овощи тушеные с куриным фаршем	200	11,65	8,38	33,08	251,00			
294	Партнер 2013	Кисель плодово-ягодный	200	0,00	0,00	20,00	76,00			
	ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80			
Итого за Обед			680	17,65	15,38	86,98	554,8			
Стоимость обеда			86,07							

Рацион: безглютен

День: понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Применяемые ингредиенты	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	6	7		
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
№175	Партнер 2013	Каша молочная рисовая с маслом сливочным 165/5	170	5,00	6,60	35,80	223,40		
	ТТК	Яйцо отварное	50	6,3	5,7	0,35	77,5		
274	партнер 2013	Чай витаминизированный Витлошка	200	0,08	0,00	11,80	45,20		
	ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10	56,40		
Итого за завтрак			435	13,3	12,6	59,1	402,5		
Стоимость завтрака			76,96						
Обед (2 смена)									
56	Партнер 2013	Рапсолник домашний со сметаной 245/5	250	2,40	4,40	14,9	110,00		
204	партнер 54/2	Макаронные отварные безглютеновые с соусом	165	9,20	9,20	31,30	242,00		
281	Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50	58,50		
	ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80		

Итого за Обед	845	15,7	14,2	82,9	523,3
Стоимость обеда	86,07				

Рацион: безглютен

День: вторник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2					Энергетическая ценность (ккал)
			Пищевые вещества (г)					
1	2	3	Б	Ж	У	5	6	7
Завтрак (1 смена)								
№124 Партнер 2013	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном	40	9,40	4,70				80,00
№167 Партнер 2013	Каша гречневая вязкая с маслом сливочным	200	6,10	6,50	27,60			195,40
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00
ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10			56,40
Итого за завтрак		455	17,5	11,5	48,7			371,8
Стоимость завтрака		76,96						
Обед (2 смена)								
СБ 1983 № 234	Суп картофельный с безглютеновыми макаронами	250	5,90	2,60	20,50			118,50
ТТК №61/2	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	7,9	9,20	32,90			244,80
271 Партнер, 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00
ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,80	0,60	22,20			112,80
Итого за Обед		650	17,7	12,4	85,6			516,1
Стоимость обеда		86,07						

Рацион: безглютен

День: среда

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Неделя: 2					Энергетическая ценность (ккал)
			Пищевые вещества (г)					
1	2	3	Б	Ж	У	5	6	7
Завтрак (1 смена)								
№189 партнер 2013	Каша молочная "Дружба" с маслом сливочным 165/5	170	5,30	6,90	29,00			198,50
ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10			56,40

ТК№Б	Сыр порционно	10	2,60	2,70	0,00	38,20
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00	40,00
ТК№З	Фрукты(яблоко)	100	0,40	0,40	9,8	47,00
Итого за Завтрак		495	10,3	10,3	59,9	380,1
Стоимость завтрака		76,96				
Обед (2 смена)						
№67 партнер2013	Свекольник со сметаной	200	1,50	3,60	10,5	80,10
№124Партнер2013	Фрикадельки натуральные куриные с бульоном	40	9,40	4,70		80,00
№204 Партнер2013	Макароны отварные безглютеновые	150	3,10	4,20	21,70	136,60
282 Партнер 2013	Компот из свежих яблок	200	0,09	0,09	12,30	50,60
ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		620	17,99	13,19	66,7	460,1
Стоимость обеда		86,07				

Рацион: безглютен

День: четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прим пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
63 Партнер 2013	Суп картофельный с горохом	220	6,2	2,20	23,20			132,20	
271 Партнер,2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	
ТТК	Печенье безглютеновое	25	3,00	4,50	28,3			164,50	
ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10			56,40	
Итого за Завтрак		460	11,15	7	72,6			393,1	
Стоимость завтрака		76,96							
Обед (2 смена)									
№59 Партнер 2013	Суп картофельный с безглютеновыми макаронами	200	2,10	2,00	15,1			89,30	
184 партнер2013	Фрикадельки натуральные мясные с бульоном	40	11,50	2,20	7,00			93,80	
133 Партнер 2013	Картофельное пюре	150	3,20	5,30	21,80			147,80	
271 Партнер 2013	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,00			40,00	

ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20	112,80
Итого за Обед		620	20,7	10,1	76,1	483,7
Стоимость обеда		86,07				

Рацион: безглютен

День: пятница

Неделя: 2

№ рещ.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	5	6	7	
1	2	3	4	5	6	7			
Завтрак (1 смена)									
ТТК№54/1	Болоньезе с томатной пастой и куриным фаршем	90	10,75	13,30	2,90			167,74	
204 Партнер 2013	Макаронные отварные безглютеновые с маслом	170	5,50	4,90	40,80			234,10	
№273 Партнер 2013	Чай с сахаром и лимоном	200	0,20	0,04	10,20			41,00	
ТТК	Хлебцы безглютеновые	15	1,95	0,30	11,10			56,40	
Итого за Завтрак		475	18,4	18,5	65,0			499,2	
Стоимость завтрака		76,96							
Обед (2 смена)									
52 Партнер 2013	Щи из свежей капусты со сметаной 245/5	250	1,60	5,00	8,00			83,50	
№167/92	Гречка по-купечески	170	10,00	9,00	15,00			200,00	
281 Партнер 2013	Компот из сухофруктов	200	0,20	0,00	14,50			58,50	
ТТК	Хлебцы безглютеновые	30	3,90	0,60	22,20			112,80	
Итого за Обед		650	15,7	14,6	59,7			454,8	
Стоимость обеда		86,07							
Итого за период завтрака		456,5	14,229	14,53	61,671			435,764	
Итого за период обеда		638	18,738	13,406	79,398			517,78	