

ПРИМЕРНОЕ 20-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С ХРОНИЧЕСКИМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ-ПИЩЕВАЯ АЛЕРГИЯ

с исключением продуктов: молоко, сметана, томатная паста, пшеничные, гречневые, рисовые, кукурузные, пшеничные крупы, маюная крупа, пшеничная крупа, какао порошок, кофейный напиток, продукты, вино, куриное, цитрусовые, яйца куриные, цитрусовые

№ п/п	1 день (понедельник)		Выход	Пищевые вещества					Витамины		Минеральные в-ва	
	Завтрак	Обед		Б	Ж	У	К/кал	В1	С	Ca	Fe	
108*	Бутерброд с маслом сливочным на батоне		5/20	5.01	8.16	7.42	123.14	0.02	0.11	138.60	0.31	
раз	Каши овсяная с маслом сливочным		150	3.91	7.85	28.7	203.48	0.04	1.83	73.49	0.53	
раз	Чай с сахаром		150	0	0	11.28	45.08	0	0	4.05	0.65	
				8.92	16.01	47.40	371.70	0.06	1.94	216.14	1.49	
	Обед											
108	Суп картофельный с рыбной консервой		150	5.74	3.24	7.52	83.93	0.06	4.29	54.71	0.74	
раз	Пшеница из сливочной		50	7.60	8.10	4.10	126.30	0.07	0.00	7.00	0.90	
205	Картофель отварной		110	2.3	5.2	19.9	134.02	0.09	13.44	8.76	0.75	
129	Икра кабачковая		20	0.24	0.94	1.54	15.60	0.01	2.88	9.60	0.24	
раз	Компот из сухофруктов		150	0.24	0.15	16.4	67.93	0	0.21	6.34	5.38	
124*	Хлеб ржано-пшеничный		40	2.86	0.39	18.78	87.84	0.05	0	14.05	0.85	
				18.98	18.32	68.24	515.62	0.28	20.82	100.46	8.86	
	Полдник											
128	Батон Хлеб ржано-пшеничный		45	3.38	1.31	23.13	117.90	0.05	0.00	8.55	0.54	
раз	Чай с сахаром		150	0	0	11.28	45.08	0	0	4.05	0.65	
				0.00	0.00	11.28	45.08	0.00	0.00	4.05	0.65	
	Ужин											
раз	Пюре картофельное		50	7.1	6.03	4.8	92.08	0.05	2	12.63	0.74	
193	Макаронные изделия отварные		110	4.04	3.9	25.9	154.8	1.47	0	8.53	0.71	
раз	Компот из свежих фруктов		150	0.36	0.53	10.55	45.51	0	1.95	11.14	0.33	
124*	Хлеб ржано-пшеничный		30	2.15	0.29	14.1	65.88	0.04	0	10.54	0.64	
				2.15	0.29	14.10	65.88	0.04	0.00	10.54	0.64	
	Ужин дома с 19.00 до 20.00											
	Омлет с зеленым горошком и морковью		75	4.93	5.78	2.61	82.18	0.04	0.92	55.70	0.88	
	Кисломолочный напиток		100	2.80	2.19	4.14	47.26	0.03	0.70	120.00	0.10	
	Фрукты (фрукты свежие)		150	0.60	0.60	15.60	67.50	0.05	15.00	24.00	3.30	
				8.33	8.33	8.33	8.33	8.33	8.33	8.33	8.33	
	Итого за день			30.05	31.62	141.02	998.28	0.38	22.76	331.19	16.64	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430524

Владелец Бурдина Наталья Валерьевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025