

"СОГЛАСОВАНО"

*Закрепленная ВДОУ ДВА  
на территории В.О.р.с.  
Сурин / Суринская*

" УТВЕРЖДАЮ"

Генеральный директор  
АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

/Костенюк О.Ю./



**Цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих с 12 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания, нуждающимся в лечебном и диетическом питании, при реализации основного меню для детей с атопическим дерматитом**

| Сборник рецептур     | № технологической карты | Прием пищи, наименование блюда                               | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал |
|----------------------|-------------------------|--|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|
|                      |                         |  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |
| <b>1 день</b>        |                         |  |              |                  |         |             |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |  |              |                  |         |             |                               |
| 2010                 | 6.1                     | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)           | 150          | 5,30             | 5,80    | 41,30       | 175,30                        |
| 2013                 | 374                     | МЯСО ОТВАРНОЕ  | 25           | 5,50             | 10,40   | 0,10        | 135,00                        |
| 2021                 | 575                     | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20           | 0,10             | 1,00    | 19,20       | 45,40                         |
| 2021                 | 457                     | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 160          | 0,10             | 0,00    | 0,20        | 0,90                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 355          | 11,00            | 17,20   | 60,80       | 356,60                        |
| <b>II Завтрак</b>    |                         |  |              |                  |         |             |                               |
| ТТК № 73             | 73/1                    | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%  | 150          | 4,35             | 3,75    | 6,30        | 76,67                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 150          | 4,35             | 3,75    | 6,30        | 76,67                         |
| <b>Обед</b>          |                         |  |              |                  |         |             |                               |
| ТТК №54              | 54/1                    | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                            | 40           | 0,28             | 0,04    | 0,76        | 4,80                          |
| 2017                 | 111                     | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА) | 150          | 3,40             | 1,60    | 9,50        | 64,70                         |
| 2017                 | 269                     | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)                          | 60           | 6,70             | 6,70    | 9,70        | 132,20                        |
| 2010                 | 7.2                     | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ           | 120          | 2,40             | 3,90    | 17,20       | 114,00                        |
| 2021                 | 575                     | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20           | 0,10             | 1,00    | 19,20       | 45,40                         |
| 2016                 | 417                     | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (БЕЗ САХАРА)                     | 150          | 0,50             | 0,20    | 6,60        | 38,30                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 540          | 13,38            | 13,44   | 62,96       | 399,40                        |
| <b>Полдник</b>       |                         |  |              |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 311                     | ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА)                                      | 160          | 12,60            | 10,90   | 28,50       | 261,50                        |
| 2021                 | 575                     | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20           | 0,10             | 1,00    | 19,20       | 45,40                         |
| 2021                 | 457                     | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 150          | 0,10             | 0,00    | 0,20        | 0,90                          |
| ТТК № 1              | 1/2                     | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕННЫЕ)                              | 95           | 0,40             | 0,40    | 9,30        | 44,70                         |
| 2021                 | 580                     | ВАФЛИ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20           | 0,20             | 4,40    | 12,00       | 74,40                         |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 445          | 13,40            | 16,70   | 69,20       | 426,90                        |
| Всего за день:       |                         |  |              | 42,13            | 51,09   | 199,26      | 1 259,57                      |
| <b>2 день</b>        |                         |  |              |                  |         |             |                               |
| <b>Завтрак</b>       |                         |  |              |                  |         |             |                               |
| 2008                 | 189                     | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)         | 150          | 4,50             | 2,60    | 23,40       | 127,90                        |
| 2008                 | 3                       | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)                     | 35           | 3,70             | 5,40    | 19,30       | 99,90                         |
| 2021                 | 575                     | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20           | 0,10             | 1,00    | 19,20       | 45,40                         |
| 2021                 | 457                     | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 160          | 0,10             | 0,00    | 0,20        | 0,90                          |
| Итого за прием пищи: |                         |  | 365          | 8,40             | 9,00    | 62,10       | 274,10                        |

| II Завтрак           |       |   |     |       |       |        |          |
|----------------------|-------|---|-----|-------|-------|--------|----------|
| ТТК № 38             | 38/1  | КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%   | 150 | 4,35  | 3,75  | 6,00   | 75,00    |
| Итого за прием пищи: |       |   | 150 | 4,35  | 3,75  | 6,00   | 75,00    |
| Обед                 |       |   |     |       |       |        |          |
| ТТК 185              | 185/1 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ   | 40  | 0,20  | 3,80  | 0,60   | 36,30    |
| 2016                 | 83    | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ  | 150 | 3,80  | 2,10  | 10,20  | 79,70    |
| 2008                 | 292   | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)                                 | 60  | 6,50  | 3,50  | 3,40   | 94,70    |
| 2008                 | 209   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ) | 120 | 0,90  | 5,10  | 28,60  | 160,20   |
| 2021                 | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20  | 0,10  | 1,00  | 19,20  | 45,40    |
| 2017                 | 352   | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК (БЕЗ САХАРА)                                      | 150 | 0,10  | 0,10  | 6,70   | 28,30    |
| Итого за прием пищи: |       |   | 540 | 11,60 | 15,60 | 68,70  | 444,60   |
| Полдник              |       |   |     |       |       |        |          |
| 2021                 | 287   | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА И КАРТОФЕЛЯ                                    | 150 | 8,50  | 9,30  | 25,50  | 268,00   |
| 2021                 | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20  | 0,10  | 1,00  | 19,20  | 45,40    |
| 2013                 | 601   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)                          | 150 | 0,60  | 0,00  | 8,70   | 36,00    |
| ТТК № 1              | 1/1   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕНЫЕ)                                     | 95  | 0,40  | 0,30  | 9,80   | 44,70    |
| 2021                 | 582   | ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20  | 1,10  | 4,90  | 12,70  | 100,00   |
| Итого за прием пищи: |       |   | 435 | 10,70 | 15,50 | 75,90  | 494,10   |
| Всего за день:       |       |   |     | 35,05 | 43,85 | 212,70 | 1 287,80 |
| 3 день               |       |   |     |       |       |        |          |
| Завтрак              |       |   |     |       |       |        |          |
| 2008                 | 190   | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"(БЕЗ САХАРА И МАСЛА) | 150 | 2,00  | 4,10  | 15,40  | 103,40   |
| 2021                 | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 40  | 0,20  | 2,00  | 38,40  | 90,80    |
| 2021                 | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)  | 160 | 0,10  | 0,00  | 0,20   | 0,90     |
| Итого за прием пищи: |       |   | 350 | 2,30  | 6,10  | 54,00  | 195,10   |
| II Завтрак           |       |   |     |       |       |        |          |
| ТТК № 29             | 29/1  | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ М. Д. Ж. 2,5%                         | 150 | 4,20  | 3,75  | 16,50  | 81,00    |
| Итого за прием пищи: |       |   | 150 | 4,20  | 3,75  | 16,50  | 81,00    |
| Обед                 |       |   |     |       |       |        |          |
| ТТК №54              | 54/1  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                                 | 40  | 0,28  | 0,04  | 0,76   | 4,80     |
| 2016                 | 73    | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, МЯСОМ, СМЕТАНОЙ                | 150 | 1,70  | 2,80  | 4,90   | 57,40    |
| 2008                 | 299   | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С СУБПРОДУКТАМИ                            | 160 | 8,40  | 10,00 | 24,10  | 222,80   |
| 2021                 | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20  | 0,10  | 1,00  | 19,20  | 45,40    |
| 2013                 | 601   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)                          | 150 | 0,60  | 0,00  | 8,70   | 36,00    |
| Итого за прием пищи: |       |   | 520 | 11,08 | 13,84 | 57,66  | 366,40   |
| Полдник              |       |   |     |       |       |        |          |
| 2017                 | 269   | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (БИТОЧКИ)                               | 60  | 6,70  | 6,70  | 9,70   | 132,20   |
| 2010                 | 7.16  | КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ ТУШЕНАЯ                                      | 110 | 2,30  | 3,60  | 10,20  | 69,60    |
| 2021                 | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20  | 0,10  | 1,00  | 19,20  | 45,40    |
| 2008                 | 401   | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)                                     | 150 | 0,70  | 0,10  | 7,00   | 31,30    |
| ТТК № 1              | 1/2   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕНЫЕ)                                    | 95  | 0,40  | 0,40  | 9,30   | 44,70    |
| Итого за прием пищи: |       |   | 435 | 10,20 | 11,80 | 55,40  | 323,20   |
| Всего за день:       |       |   |     | 27,78 | 35,49 | 183,56 | 965,70   |
| 4 день               |       |   |     |       |       |        |          |
| Завтрак              |       |   |     |       |       |        |          |
| 2008                 | 189   | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)              | 150 | 4,50  | 2,60  | 23,40  | 127,90   |
| 2021                 | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 40  | 0,20  | 2,00  | 38,40  | 90,80    |
| 2021                 | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)  | 160 | 0,10  | 0,00  | 0,20   | 0,90     |
| Итого за прием пищи: |       |   | 350 | 4,80  | 4,60  | 62,00  | 219,60   |
| II Завтрак           |       |   |     |       |       |        |          |
| ТТК № 73             | 73/1  | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%   | 150 | 4,35  | 3,75  | 6,30   | 76,67    |
| Итого за прием пищи: |       |   | 150 | 4,35  | 3,75  | 6,30   | 76,67    |
| Обед                 |       |   |     |       |       |        |          |
| ТТК 185              | 185/1 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ   | 40  | 0,20  | 3,80  | 0,60   | 36,30    |
| 2016                 | 82    | РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ (С РИСОМ) С МЯСОМ, СМЕТАНОЙ              | 150 | 1,90  | 2,90  | 9,00   | 75,10    |
| 2017                 | 260   | ГУЛЯШ   | 60  | 5,10  | 12,20 | 7,50   | 112,10   |

|                             |       |  |            |              |              |               |                 |
|-----------------------------|-------|--|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| 2010                        | 6.1   | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ)           | 120        | 4,20         | 4,60         | 33,00         | 140,20          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2016                        | 390   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЯБЛОК) (БЕЗ САХАРА)                 | 150        | 0,10         | 0,10         | 2,70          | 12,70           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>540</b> | <b>11,60</b> | <b>24,60</b> | <b>72,00</b>  | <b>421,80</b>   |
| <b>Полдник</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2008                        | 292   | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)                            | 50         | 5,40         | 2,90         | 2,90          | 79,00           |
| 2010                        | 7.10  | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ)                    | 120        | 2,50         | 3,70         | 16,50         | 110,30          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2016                        | 417   | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (БЕЗ САХАРА)                     | 150        | 0,50         | 0,20         | 6,60          | 38,30           |
| ТТК № 1                     | 1/1   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕННЫЕ)                               | 95         | 0,40         | 0,30         | 9,80          | 44,70           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>435</b> | <b>8,90</b>  | <b>8,10</b>  | <b>55,00</b>  | <b>317,70</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |       |  |            | <b>29,65</b> | <b>41,05</b> | <b>195,30</b> | <b>1 035,77</b> |
| <b>5 день</b>               |       |  |            |              |              |               |                 |
| <b>Завтрак</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2008                        | 189   | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)            | 150        | 1,90         | 4,20         | 12,80         | 112,30          |
| 2008                        | 3     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)                     | 35         | 3,70         | 5,40         | 19,30         | 99,90           |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 160        | 0,10         | 0,00         | 0,20          | 0,90            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>365</b> | <b>5,80</b>  | <b>10,60</b> | <b>51,50</b>  | <b>258,50</b>   |
| <b>II Завтрак</b>           |       |  |            |              |              |               |                 |
| ТТК № 38                    | 38/1  | КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%  | 150        | 4,35         | 3,75         | 6,00          | 75,00           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>150</b> | <b>4,35</b>  | <b>3,75</b>  | <b>6,00</b>   | <b>75,00</b>    |
| <b>Обед</b>                 |       |  |            |              |              |               |                 |
| ТТК №54                     | 54/1  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                            | 40         | 0,28         | 0,04         | 0,76          | 4,80            |
| 2016                        | 83    | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ                                     | 150        | 3,80         | 2,40         | 10,20         | 81,20           |
| 2017                        | 259   | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ  | 160        | 11,80        | 12,60        | 18,20         | 210,50          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2008                        | 401   | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)                                | 150        | 0,70         | 0,10         | 7,00          | 31,30           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>520</b> | <b>16,68</b> | <b>16,14</b> | <b>55,36</b>  | <b>373,20</b>   |
| <b>Полдник</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2008                        | 256   | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ                                       | 60         | 6,00         | 7,60         | 5,70          | 132,80          |
| 2016                        | 332   | РИС ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ)                         | 120        | 2,90         | 3,70         | 27,00         | 146,60          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 150        | 0,10         | 0,00         | 0,20          | 0,90            |
| ТТК № 1                     | 1/1   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕННЫЕ)                               | 95         | 0,40         | 0,30         | 9,80          | 44,70           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>445</b> | <b>9,50</b>  | <b>12,60</b> | <b>61,90</b>  | <b>370,40</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |       |  |            | <b>36,33</b> | <b>43,09</b> | <b>174,76</b> | <b>1 077,10</b> |
| <b>6 день</b>               |       |  |            |              |              |               |                 |
| <b>Завтрак</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2010                        | 6.1   | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ)           | 150        | 5,30         | 5,80         | 41,30         | 175,30          |
| 2008                        | 292   | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)                            | 35         | 3,80         | 2,10         | 2,00          | 55,40           |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 160        | 0,10         | 0,00         | 0,20          | 0,90            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>365</b> | <b>9,30</b>  | <b>8,90</b>  | <b>62,70</b>  | <b>277,00</b>   |
| <b>II Завтрак</b>           |       |  |            |              |              |               |                 |
| ТТК № 29                    | 29/1  | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ М. Д. Ж. 2,5%                    | 150        | 4,20         | 3,75         | 16,50         | 81,00           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>150</b> | <b>4,20</b>  | <b>3,75</b>  | <b>16,50</b>  | <b>81,00</b>    |
| <b>Обед</b>                 |       |  |            |              |              |               |                 |
| ТТК 185                     | 185/1 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                      | 40         | 0,20         | 3,80         | 0,60          | 36,30           |
| 2017                        | 111   | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА) | 150        | 3,40         | 1,60         | 9,50          | 64,70           |
| 2016                        | 322   | КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ (ИНДЕЙКА)                         | 60         | 11,70        | 2,50         | 7,40          | 97,10           |
| 2010                        | 7.2   | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ           | 120        | 2,40         | 3,90         | 17,20         | 114,00          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2013                        | 601   | КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)                     | 150        | 0,60         | 0,00         | 8,70          | 36,00           |

|                             |       |  |            |              |              |               |                 |
|-----------------------------|-------|--|------------|--------------|--------------|---------------|-----------------|
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>540</b> | <b>18,40</b> | <b>12,80</b> | <b>62,60</b>  | <b>393,50</b>   |
| <b>Полдник</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2017                        | 269   | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)                          | 60         | 6,70         | 6,70         | 9,70          | 132,20          |
| 2010                        | 7.16  | КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ ТУШЕНАЯ                                 | 110        | 2,30         | 3,60         | 10,20         | 69,60           |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 150        | 0,10         | 0,00         | 0,20          | 0,90            |
| ТТК № 1                     | 1/2   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕННЫЕ)                              | 95         | 0,40         | 0,40         | 9,30          | 44,70           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>435</b> | <b>9,60</b>  | <b>11,70</b> | <b>48,60</b>  | <b>292,80</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |       |  |            | <b>41,50</b> | <b>37,15</b> | <b>190,40</b> | <b>1 044,30</b> |
| <b>7 день</b>               |       |  |            |              |              |               |                 |
| <b>Завтрак</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2008                        | 189   | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)            | 150        | 3,60         | 2,40         | 21,80         | 129,30          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 40         | 0,20         | 2,00         | 38,40         | 90,80           |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 160        | 0,10         | 0,00         | 0,20          | 0,90            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>350</b> | <b>3,90</b>  | <b>4,40</b>  | <b>60,40</b>  | <b>221,00</b>   |
| <b>II Завтрак</b>           |       |  |            |              |              |               |                 |
| ТТК № 73                    | 73/1  | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%  | 150        | 4,35         | 3,75         | 6,30          | 76,67           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>150</b> | <b>4,35</b>  | <b>3,75</b>  | <b>6,30</b>   | <b>76,67</b>    |
| <b>Обед</b>                 |       |  |            |              |              |               |                 |
| ТТК №54                     | 54/1  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                            | 40         | 0,28         | 0,04         | 0,76          | 4,80            |
| 2008                        | 93    | СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ С МЯСОМ                                     | 150        | 4,80         | 2,50         | 14,90         | 106,00          |
| 2016                        | 325   | ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ                                       | 60         | 6,50         | 0,40         | 4,00          | 63,20           |
| 2016                        | 332   | РИС ОТВАРНОЙ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)                         | 120        | 2,90         | 3,70         | 27,00         | 146,60          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2008                        | 438   | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (БЕЗ САХАРА)                                | 150        | 0,10         | 0,10         | 1,70          | 10,90           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>540</b> | <b>14,68</b> | <b>7,74</b>  | <b>67,56</b>  | <b>376,90</b>   |
| <b>Полдник</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2021                        | 287   | СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА И КАРТОФЕЛЯ                               | 150        | 8,50         | 9,30         | 25,50         | 268,00          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 150        | 0,10         | 0,00         | 0,20          | 0,90            |
| ТТК № 1                     | 1/1   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕННЫЕ)                               | 95         | 0,40         | 0,30         | 9,80          | 44,70           |
| 2021                        | 582   | ПЕЧЕНЬЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20         | 1,10         | 4,90         | 12,70         | 100,00          |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>435</b> | <b>10,20</b> | <b>15,50</b> | <b>67,40</b>  | <b>459,00</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |       |  |            | <b>33,13</b> | <b>31,39</b> | <b>201,66</b> | <b>1 133,57</b> |
| <b>8 день</b>               |       |  |            |              |              |               |                 |
| <b>Завтрак</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2008                        | 189   | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)         | 150        | 4,50         | 2,60         | 23,40         | 127,90          |
| 2008                        | 3     | БУТЕРБРОД С СЫРОМ (НА ХЛЕБЕ БЕЗ ГЛЮТЕНА)                     | 35         | 3,70         | 5,40         | 19,30         | 99,90           |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 160        | 0,10         | 0,00         | 0,20          | 0,90            |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>365</b> | <b>8,40</b>  | <b>9,00</b>  | <b>62,10</b>  | <b>274,10</b>   |
| <b>II Завтрак</b>           |       |  |            |              |              |               |                 |
| ТТК № 38                    | 38/1  | КЕФИР М.Д.Ж. 2,5%  | 150        | 4,35         | 3,75         | 6,00          | 75,00           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>150</b> | <b>4,35</b>  | <b>3,75</b>  | <b>6,00</b>   | <b>75,00</b>    |
| <b>Обед</b>                 |       |  |            |              |              |               |                 |
| ТТК 185                     | 185/1 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                      | 40         | 0,20         | 3,80         | 0,60          | 36,30           |
| 2017                        | 111   | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) И ПТИЦЕЙ (ИНДЕЙКА) | 150        | 3,40         | 1,60         | 9,50          | 64,70           |
| 2017                        | 269   | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ (ОСОБЫЕ) (КОТЛЕТЫ)                          | 60         | 6,70         | 6,70         | 9,70          | 132,20          |
| 2010                        | 6.1   | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ)           | 120        | 4,20         | 4,60         | 33,00         | 140,20          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2008                        | 401   | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ (БЕЗ САХАРА)                                | 150        | 0,70         | 0,10         | 7,00          | 31,30           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>540</b> | <b>15,30</b> | <b>17,80</b> | <b>79,00</b>  | <b>450,10</b>   |
| <b>Полдник</b>              |       |  |            |              |              |               |                 |
| 2017                        | 285   | МАКАРОННИК С МЯСОМ (С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ БЕЗ ГЛЮТЕНА)     | 160        | 7,80         | 13,50        | 30,10         | 309,00          |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА   | 20         | 0,10         | 1,00         | 19,20         | 45,40           |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)   | 150        | 0,10         | 0,00         | 0,20          | 0,90            |
| ТТК № 1                     | 1/2   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕННЫЕ)                              | 95         | 0,40         | 0,40         | 9,30          | 44,70           |
| 2021                        | 580   | ВАФЛИ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20         | 0,20         | 4,40         | 12,00         | 74,40           |
| <b>Итого за прием пищи:</b> |       |  | <b>445</b> | <b>8,60</b>  | <b>19,30</b> | <b>70,80</b>  | <b>474,40</b>   |
| <b>Всего за день:</b>       |       |  |            | <b>36,65</b> | <b>49,85</b> | <b>217,90</b> | <b>1 273,60</b> |

| 9 день                      |       |   |     |        |        |          |           |
|-----------------------------|-------|---|-----|--------|--------|----------|-----------|
| Завтрак                     |       |   |     |        |        |          |           |
| 2008                        | 189   | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)                 | 150 | 1,90   | 4,20   | 12,80    | 112,30    |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 40  | 0,20   | 2,00   | 38,40    | 90,80     |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)  | 160 | 0,10   | 0,00   | 0,20     | 0,90      |
| Итого за прием пищи:        |       |   | 350 | 2,20   | 6,20   | 51,40    | 204,00    |
| II Завтрак                  |       |   |     |        |        |          |           |
| ТТК № 29                    | 29/1  | ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ НАТУРАЛЬНЫЙ М. Д. Ж. 2,5%                         | 150 | 4,20   | 3,75   | 16,50    | 81,00     |
| Итого за прием пищи:        |       |   | 150 | 4,20   | 3,75   | 16,50    | 81,00     |
| Обед                        |       |   |     |        |        |          |           |
| ТТК №54                     | 54/1  | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ СВЕЖИЕ (ОГУРЦЫ)                                 | 40  | 0,28   | 0,04   | 0,76     | 4,80      |
| 2016                        | 83    | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ  | 150 | 3,80   | 2,40   | 10,20    | 81,20     |
| 2017                        | 259   | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ   | 160 | 11,80  | 12,60  | 18,20    | 210,50    |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20  | 0,10   | 1,00   | 19,20    | 45,40     |
| 2016                        | 417   | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА (БЕЗ САХАРА)                          | 150 | 0,50   | 0,20   | 6,60     | 38,30     |
| Итого за прием пищи:        |       |   | 520 | 16,48  | 16,24  | 54,96    | 380,20    |
| Полдник                     |       |   |     |        |        |          |           |
| 2017                        | 260   | ГУЛЯШ   | 60  | 5,10   | 12,20  | 7,50     | 112,10    |
| 2010                        | 7.2   | КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С УКРОПОМ И МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ                | 120 | 2,40   | 3,90   | 17,20    | 114,00    |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20  | 0,10   | 1,00   | 19,20    | 45,40     |
| 2008                        | 438   | НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ (БЕЗ САХАРА)                                     | 150 | 0,10   | 0,10   | 1,70     | 10,90     |
| ТТК № 1                     | 1/1   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ГРУШИ ЗЕЛЕННЫЕ)                                    | 95  | 0,40   | 0,30   | 9,80     | 44,70     |
| Итого за прием пищи:        |       |   | 445 | 8,10   | 17,50  | 55,40    | 327,10    |
| Всего за день:              |       |   |     | 30,98  | 43,69  | 178,26   | 992,30    |
| 10 день                     |       |   |     |        |        |          |           |
| Завтрак                     |       |   |     |        |        |          |           |
| 2008                        | 189   | КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ (БЕЗ САХАРА И МАСЛА)                 | 150 | 3,60   | 2,40   | 21,80    | 129,30    |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 40  | 0,20   | 2,00   | 38,40    | 90,80     |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)  | 160 | 0,10   | 0,00   | 0,20     | 0,90      |
| Итого за прием пищи:        |       |   | 350 | 3,90   | 4,40   | 60,40    | 221,00    |
| II Завтрак                  |       |   |     |        |        |          |           |
| ТТК № 73                    | 73/1  | РЯЖЕНКА М.Д.Ж. 2,5%   | 150 | 4,35   | 3,75   | 6,30     | 76,67     |
| Итого за прием пищи:        |       |   | 150 | 4,35   | 3,75   | 6,30     | 76,67     |
| Обед                        |       |   |     |        |        |          |           |
| ТТК 185                     | 185/1 | САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ   | 40  | 0,20   | 3,80   | 0,60     | 36,30     |
| 2016                        | 79    | РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ                                     | 150 | 1,40   | 2,80   | 7,00     | 65,70     |
| 2008                        | 256   | ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ  | 60  | 6,00   | 7,60   | 5,70     | 132,80    |
| 2008                        | 209   | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ (БЕЗ ГЛЮТЕНА) (С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ) | 120 | 0,90   | 5,10   | 28,60    | 160,20    |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20  | 0,10   | 1,00   | 19,20    | 45,40     |
| 2016                        | 390   | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ (БЕЗ САХАРА)                                | 150 | 0,10   | 0,10   | 2,80     | 12,70     |
| Итого за прием пищи:        |       |   | 540 | 8,70   | 20,40  | 63,90    | 453,10    |
| Полдник                     |       |   |     |        |        |          |           |
| ТТК № 21                    | 21/1  | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ   | 170 | 10,12  | 17,17  | 13,09    | 247,80    |
| 2021                        | 575   | ХЛЕБ БЕЗ ГЛЮТЕНА  | 20  | 0,10   | 1,00   | 19,20    | 45,40     |
| 2021                        | 457   | ЧАЙ (БЕЗ САХАРА)  | 150 | 0,10   | 0,00   | 0,20     | 0,90      |
| ТТК № 1                     | 1/2   | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКИ ЗЕЛЕННЫЕ)                                   | 95  | 0,40   | 0,40   | 9,30     | 44,70     |
| Итого за прием пищи:        |       |   | 435 | 10,72  | 18,57  | 41,79    | 338,80    |
| Всего за день:              |       |   |     | 27,67  | 47,12  | 172,39   | 1 089,57  |
| Итого за 10 дней:           |       |   |     | 340,87 | 423,77 | 1 926,19 | 11 159,28 |
| Среднее значение за период: |       |   |     | 34,09  | 42,38  | 192,62   | 1 115,93  |

\*Меню разработано, согласно, Методических рекомендаций МР 2.4.0162-19 «Особенности организации детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)» и с учетом взаимозаменяемости продуктов в соответствии с Приложением № 11 «Таблица замены пищевой продукции в граммах (нетто) с учетом их пищевой ценности» к СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания», в соответствии с Приложением Г «Нормы взаимозаменяемости продуктов при приготовлении диетических блюд» «Сборника рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания»/под ред. В.А. Тутельяна и Д.Б. Никитюка -М.:ТД ДеЛи, 2022.-402 с.

Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008. - 800 с.

Семидневные меню для основных вариантов стандартных диет оптимизированного состава, применяемых в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения и учреждениях(отделениях)социального обслуживания граждан пожилого возраста и инвалидов: практ.руководство (нормативный документ)/Сост. Б.С.Каганов, А.С.Шарафетдинов, Э.Н.Преображенская и др. - Москва. - 2010. - 496с.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Дели плюс, 2013.-808с.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: Дели плюс, 2016.-640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:Дели плюс,2017.-544 с.

Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина,- Изд-е 4-е доп, и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

Реестр Техничко-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.

Сборник технических нормативов- Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания / под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.: Дели плюс, 2013.-808с.

Сборник технических нормативов. Сборник рецептов на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях/ под редакцией М.П. Могильного и В.А. Тутельяна. -М.: Дели плюс, 2016.-640с.

Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под ред.М.П. Могильного и В.А. Тутельяна.-М.:Дели плюс,2017.-544 с.

Единый сборник технологических нормативов, рецептов блюд и кулинарных изделий/сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина,- Изд-е 4-е доп, и испр. - Пермь, 2021. - 410 с.

Реестр Техничко-технологических карт, разработанных АО "ФИРМА ФЛОРИДАН"

Допускаются отклонения в случае сбоев поставки в наименованиях по фруктам и напиткам, сезонные замены овощей и фруктов.