



Согласовано:

Stafy

Утверждаю:



ПЕРСПЕКТИВНОЕ 10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

**для детей с ограниченными возможностями здоровья
для детей - инвалидов
возрастной группы 7-11 лет**

ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	0,04	0,00	0,00	0,59	0,00	0,02	6,21	8,91	22,68	0,54	38,70	0,00	0,00	0,00	1000	2011
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ	200	5,9	5,1	9,8	110,5	0,05	1,10	0,04	0,00	0,00	0,22	215,22	23,63	151,92	0,17	308,06	18,99	0,00	0,00	385	2011
Итого за прием пищи:	580	15,5	21,3	67,7	525,2	0,14	1,10	0,14	1,39	0,00	0,24	319,83	45,86	266,24	2,59	346,76	18,99	0,00	0,00		
Обед																					
ЩИ ИЗ МОРСКОЙ КАПУСТЫ	250	6,1	11,5	11,0	171,8	0,10	5,72	0,23	3,20	0,09	0,10	39,92	53,96	93,10	4,06	622,18	5,95	0,12	0,00	87	2011
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,5	6,2	38,3	242,4	0,23	0,00	0,02	4,70	0,08	0,13	19,25	125,34	186,16	4,37	263,35	2,28	0,02	0,00	323	2008
БЕФСТРОГАНОВ	90	7,2	14,8	5,3	191,4	0,05	1,61	0,05	2,79	0,00	0,05	26,77	11,16	74,73	0,82	150,67	4,58	0,05	0,01	375	1996
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9	0,06	0,00	0,00	0,98	0,00	0,03	10,35	14,85	37,80	0,90	64,50	0,00	0,01	0,00	1000	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	12,6	50,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,33	1,80	0,00	0,00	0,99	0,00	0,00	0,00	349	2011
Итого за прием пищи:	740	25,4	32,8	91,4	770,8	0,44	7,33	0,30	11,67	0,17	0,31	104,62	207,11	391,79	10,15	1 101,69	12,81	0,20	0,01		
Всего за день:		40,9	54,1	159,2	1 296,0	0,58	8,43	0,44	13,06	0,17	0,55	424,45	252,97	658,03	12,74	1 448,45	31,80	0,20	0,01		

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
Завтрак																					
ПЮРЕ ИЗ БОБОВЫХ (ГОРОХ)	150	13,7	2,0	28,7	187,8	0,38	0,00	0,01	5,62	0,02	0,08	56,63	50,30	125,25	3,87	450,16	3,14	0,02	0,00	199	2011
ГУЛЯШ ИЗ КУР	90	11,7	13,0	6,0	188,5	0,07	2,53	0,41	1,26	0,00	0,10	23,10	21,10	113,36	1,34	238,24	5,58	0,09	0,01	308	2008
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,2	0,2	14,6	68,9	0,04	0,00	0,00	0,59	0,00	0,02	6,21	8,91	22,68	0,54	38,70	0,00	0,00	0,00	1000	2011
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	16,2	64,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,40	4,32	8,64	1,08	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
МОЛОКО УЛЬТРАПАСТЕРИЗОВАННОЕ	200	5,9	5,1	9,8	110,5	0,05	1,10	0,04	0,00	0,00	0,22	215,22	23,63	151,92	0,17	308,06	18,99	0,00	0,00	385	2011
Итого за прием пищи:	670	33,8	20,4	75,3	620,5	0,54	3,63	0,46	7,47	0,02	0,42	306,56	108,26	421,85	7,00	1 035,16	27,71	0,11	0,01		
Обед																					
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВАЯ)	250	5,9	5,9	19,9	155,9	0,14	6,71	0,21	2,03	0,00	0,09	32,18	46,05	105,22	1,88	538,94	5,86	0,05	0,00	101	2011
РИС ОТВАРНОЙ	150	3,7	4,5	38,8	210,7	0,03	0,00	0,02	0,35	0,08	0,03	17,85	27,24	73,73	0,50	55,73	0,76	0,03	0,01	304	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ	90	8,0	14,2	14,8	218,5	0,06	1,16	0,04	3,79	0,11	0,06	17,12	15,58	88,10	1,04	131,42	3,75	0,05	0,01	279	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,7	0,3	24,3	114,9	0,06	0,00	0,00	0,98	0,00	0,03	10,35	14,85	37,80	0,90	64,50	0,00	0,01	0,00	1000	2011
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,0	0,0	12,6	50,3	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,33	1,80	0,00	0,00	0,99	0,00	0,00	0,00	349	2011
Итого за прием пищи:	740	21,3	24,9	110,5	750,3	0,29	7,87	0,27	7,15	0,19	0,21	85,83	105,52	304,85	4,32	791,58	10,37	0,14	0,02		
Всего за день:		55,1	45,3	185,8	1 370,8	0,83	11,50	0,73	14,62	0,21	0,63	392,39	213,78	726,70	11,32	1 826,74	38,08	0,25	0,03		