

Согласовано

Директор государственного бюджетного дошкольного общеобразовательного учреждения № \_\_\_\_\_

Утверждено  
Генеральный директор ООО "Альфа-Провиант"

" " 20 г.

"01" сентября 2024 г.

/ Ланенкова С.Г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ЧЕТЫРЕХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ, С ДИАГНОЗОМ АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ, В ВОЗРАСТЕ ОТ 1-3 ЛЕТ. ПОСЕЩАЮЩИХ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ Г. САНКТ-ПЕТЕРБУРГА, В СООТВЕТСТВИИ С ПОКАЗАНИЯМИ ПО ДАННОМУ ТИПУ АЛЛЕРГИЧЕСКОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ.

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 1

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |                     | Минеральные вещества (мг) |        |        |       | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |  |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|-------|---------------------|---------------------------|--------|--------|-------|----------------|---------------------|--|
|                                                                   |              | Б                    | Ж     | У      |                                      | В1            | С     | А (рет.<br>экв/сут) | Ca                        | P      | Mg     | Fe    |                |                     |  |
|                                                                   |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |  |
| Завтрак                                                           |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара) | 150          | 4,83                 | 1,17  | 25,67  | 135                                  | 0,16          | 0     | 0                   | 7,33                      | 19,17  | 73,33  | 1,92  | ТТК-189,04     |                     |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                     | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                | 0,04          | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66  | ТТК-430        |                     |  |
| ГРУША ЗЕЛЁНАЯ                                                     | 100          | 0,4                  | 0,3   | 10,3   | 47                                   | 0,02          | 5     | 0                   | 19                        | 16     | 12     | 2,3   | 338            | 2017                |  |
| Итого за Завтрак                                                  | 446          | 6,75                 | 1,73  | 63,46  | 300,37                               | 0,28          | 5,04  | 60,27               | 41,87                     | 70,87  | 101,73 | 5,46  |                |                     |  |
| Завтрак II                                                        |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                               | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36  | ТТК-405,01     |                     |  |
| Итого за Завтрак II                                               | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36  |                |                     |  |
| Обед                                                              |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |  |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                           | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                                | 0             | 3,6   |                     | 8,4                       | 15,2   | 5,2    | 0,28  | ТТК-19         |                     |  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ                | 150/10       | 5,18                 | 3,97  | 12,06  | 150,34                               | 0,07          | 4,83  | 10,8                | 15,55                     | 65,28  | 18,25  | 0,57  | ТТК-100,05     |                     |  |
| ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ без моркови                                      | 160          | 17,17                | 21,87 | 26,88  | 345,6                                | 0,06          | 1,07  | 160                 | 60,8                      | 199,47 | 39,47  | 1,17  | ТТК-265,01     |                     |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                                          | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                                | 0             | 1,35  | 0                   | 13,77                     | 5,22   | 4,86   | 0,54  | ТТК-394,02     |                     |  |
| Итого за Обед                                                     | 556          | 23,92                | 27,13 | 68,23  | 630,92                               | 0,23          | 10,85 | 230,8               | 109,56                    | 313,67 | 80,58  | 3,14  |                |                     |  |
| Уплотненный полдник                                               |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |  |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                                  | 40           | 0,33                 | 0,07  | 1      | 5,67                                 | 0,01          | 4     | 4                   | 9,33                      | 16,67  | 5,6    | 0,24  | 54-23          | РПН 2022            |  |
| ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты)                             | 60           | 9,3                  | 9,9   | 1,68   | 132                                  | 0,02          |       | 36                  | 6                         | 92,4   | 12     | 1,2   | ТТК-257,04     |                     |  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" на растительном масле   | 110          | 2,64                 | 3,37  | 7,63   | 71,43                                | 0,02          | 0     | 22                  | 17,23                     | 57,2   | 19,07  | 0,44  | ТТК-323,04     |                     |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                     | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66  | ТТК-430        |                     |  |
| Итого за Уплотненный полдник                                      | 406          | 13,79                | 13,6  | 37,8   | 327,47                               | 0,15          | 4,04  | 122,27              | 48,1                      | 201,97 | 53,07  | 3,12  |                |                     |  |
| Итого за день                                                     |              | 44,55                | 42,55 | 192,17 | 1364,06                              | 0,67          | 21,73 | 413,34              | 205,83                    | 591,91 | 237,18 | 12,08 |                |                     |  |

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 2

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |                  | Минеральные вещества (мг) |        |        |      | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|------------------|---------------------------|--------|--------|------|-------------|------------------|
|                                                     |              | Б                    | Ж     | У      |                                | В1            | С     | А (рет. экв/сут) | Са                        | Р      | Mg     | Fe   |             |                  |
|                                                     |              |                      |       |        | Завтрак                        |               |       |                  |                           |        |        |      |             |                  |
| КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ( на воде с маслом растительным) | 150          | 5                    | 1,92  | 40,5   | 168                            |               |       | 100              | 8,42                      | 28,83  | 10,67  | 0,25 | ТТК-189     |                  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58 | ТТК-639,1   |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27             | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66 | ТТК-430     |                  |
| ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ                                      | 100          | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47                             | 0,03          | 10    |                  | 16                        | 11     | 9      | 2,2  | 338         | 2017             |
| Итого за Завтрак                                    | 446          | 6,92                 | 2,58  | 77,79  | 333,37                         | 0,13          | 10,04 | 160,27           | 39,96                     | 75,53  | 36,07  | 3,69 |             |                  |
| Завтрак II                                          |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |      |             |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36 | ТТК-405,01  |                  |
| Итого за Завтрак II                                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36 |             |                  |
| Обед                                                |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |      |             |                  |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ     | 40           | 0,53                 | 1,4   | 2,8    | 20,73                          | 0,01          | 15,47 | 2,2              | 14,87                     | 13,47  | 5,81   | 0,23 | ТТК-981,04  |                  |
| БОРЩ ОВОЩНОЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ                   | 150/10       | 4,58                 | 4,75  | 7,08   | 89,14                          | 0,04          | 6,63  | 130,8            | 27,55                     | 58,08  | 17,65  | 1,17 | ТТК-76,09   |                  |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ГОВЯДИНОЙ                      | 160          | 5,22                 | 6,82  | 4,9    | 160                            | 0,11          | 5,33  | 10,4             | 10,67                     | 202,67 | 17,07  | 0,02 | ТТК-258,01  |                  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58 | ТТК-639,1   |                  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                            | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                          | 0             | 1,35  | 0                | 13,77                     | 5,22   | 4,86   | 0,54 | ТТК-394,02  |                  |
| Итого за Обед                                       | 556          | 11,61                | 13,24 | 41,91  | 385,91                         | 0,26          | 28,78 | 203,4            | 77,9                      | 307,94 | 58,19  | 2,54 |             |                  |
| Уплотненный полдник                                 |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |      |             |                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                             | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                          | 0             | 3,6   |                  | 8,4                       | 15,2   | 5,2    | 0,28 | ТТК-19      |                  |
| ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ                                    | 60           | 13,6                 | 9,3   | 5,24   | 250                            | 0,05          | 1,11  | 20               | 37,2                      | 163,7  | 34,8   | 1,58 | ТТК-277,04  |                  |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ                     | 110          | 3,89                 | 3,08  | 19,29  | 140,07                         | 0,04          | 0     | 22               | 6,6                       | 26,4   | 4,4    | 0,51 | ТТК-209,02  |                  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58 | ТТК-639,1   |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27             | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66 | ТТК-430     |                  |
| Итого за Уплотненный полдник                        | 406          | 19,3                 | 13,66 | 54,18  | 527,38                         | 0,19          | 4,75  | 102,27           | 67,74                     | 241    | 60,8   | 3,61 |             |                  |
| Итого за день                                       |              | 37,92                | 29,57 | 196,56 | 1351,96                        | 0,59          | 45,37 | 465,94           | 191,9                     | 629,87 | 156,86 | 10,2 |             |                  |

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 3

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |      |                  | Минеральные вещества (мг) |       |      |      | № рецептуры | Сборник рецептов |  |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|---------------|------|------------------|---------------------------|-------|------|------|-------------|------------------|--|
|                                                                   |              | Б                    | Ж    | У     |                                | B1            | C    | A (рет. экв/сут) | Ca                        | P     | Mg   | Fe   |             |                  |  |
|                                                                   |              |                      |      |       |                                |               |      |                  |                           |       |      |      |             |                  |  |
| Завтрак                                                           |              |                      |      |       |                                |               |      |                  |                           |       |      |      |             |                  |  |
| КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" ( на воде с маслом растительным) | 150          | 6,75                 |      | 27,9  | 157,5                          | 0,03          | 3,45 | 60               | 136,5                     | 84    | 0    | 0    | ТТК-190,06  |                  |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 |      | 13,27 | 59,68                          | 0,1           | 0    | 60               | 11,04                     | 28,5  | 12,8 | 0,58 | ТТК-639,1   |                  |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                     | 180          | 0,27                 | 0,08 | 14,22 | 58,69                          |               | 0,04 | 0,27             | 4,5                       | 7,2   | 3,6  | 0,66 | ТТК-430     |                  |  |
| Итого за Завтрак                                                  | 346          | 8,27                 | 7,01 | 55,39 | 275,87                         | 0,13          | 3,49 | 120,27           | 152,04                    | 119,7 | 16,4 | 1,24 |             |                  |  |
| Завтрак II                                                        |              |                      |      |       |                                |               |      |                  |                           |       |      |      |             |                  |  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                               | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                          | 0,01          | 1,8  | 0                | 6,3                       | 5,4   | 1,8  | 0,36 | ТТК-405,01  |                  |  |
| Итого за Завтрак II                                               | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                          | 0,01          | 1,8  | 0                | 6,3                       | 5,4   | 1,8  | 0,36 |             |                  |  |

| Обед                                     |            |              |              |               |                |             |              |               |               |               |               |             |             |
|------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------|-------------|
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                         | 40         | 0,33         | 0,07         | 1             | 5,67           | 0,01        | 4            | 4             | 9,33          | 16,67         | 5,6           | 0,24        | РПН 2022    |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ              | 150/10     | 4,84         | 2,82         | 11,6          | 91,2           | 0,08        | 8,8          | 130           | 20,8          | 68,4          | 22,4          | 0,92        | ТТК-92,02   |
| ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)                    | 60         | 9,5          | 10,4         | 6,8           | 159            | 0,04        | 2            |               | 9             | 82            | 12            | 1           | ТТК-284     |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ                           | 110        | 1,47         | 4,18         | 8,87          | 80,08          | 0,1         | 15,5         | 132           | 63,07         | 68            | 15,8          | 1,6         | ТТК-338,1   |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                     | 16         | 1,25         | 0,18         | 13,27         | 59,68          | 0,1         | 0            | 60            | 11,04         | 28,5          | 12,8          | 0,58        | ТТК-639,1   |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                 | 180        | 0,03         | 0,09         | 13,86         | 56,36          | 0           | 1,35         | 0             | 13,77         | 5,22          | 4,86          | 0,54        | ТТК-394,02  |
| <b>Итого за Обед</b>                     | <b>566</b> | <b>17,42</b> | <b>17,74</b> | <b>55,4</b>   | <b>451,99</b>  | <b>0,33</b> | <b>31,65</b> | <b>326</b>    | <b>127,01</b> | <b>268,79</b> | <b>73,46</b>  | <b>4,88</b> |             |
| Уплотненный полдник                      |            |              |              |               |                |             |              |               |               |               |               |             |             |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01) | 60         | 6,72         | 6,24         | 0,48          | 110,4          | 0,05        |              |               | 12            | 132           | 16,8          | 2,16        | ТТК-68,01   |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ                       | 110        | 4,28         | 6,27         | 18,17         | 146,23         | 0,05        | 0,44         | 29,33         | 42,9          | 27,87         | 1,65          | 0,22        | ТТК-133,03  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                     | 16         | 1,25         | 0,18         | 13,27         | 59,68          | 0,1         | 0            | 60            | 11,04         | 28,5          | 12,8          | 0,58        | ТТК-639,1   |
| ЧАЙ С САХАРОМ                            | 180        | 0,27         | 0,08         | 14,22         | 58,69          |             | 0,04         | 0,27          | 4,5           | 7,2           | 3,6           | 0,66        | ТТК-430     |
| ГРУША ЗЕЛЁНАЯ                            | 100        | 0,4          | 0,3          | 10,3          | 47             | 0,02        | 5            | 0             | 19            | 16            | 12            | 2,3         | 338         |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b>      | <b>466</b> | <b>12,92</b> | <b>13,07</b> | <b>56,44</b>  | <b>422</b>     | <b>0,22</b> | <b>5,48</b>  | <b>89,6</b>   | <b>89,44</b>  | <b>211,57</b> | <b>46,85</b>  | <b>5,92</b> | <b>2017</b> |
| <b>Итого за день</b>                     |            | <b>38,7</b>  | <b>37,91</b> | <b>189,91</b> | <b>1255,16</b> | <b>0,69</b> | <b>42,42</b> | <b>535,87</b> | <b>374,79</b> | <b>605,46</b> | <b>138,51</b> | <b>12,4</b> |             |

Возраст: 1-3 года

День: 4

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |      |       | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |    |
|----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------------------------------------|---------------|------|-------|---------------------------|--------|--------|--------|----------------|---------------------|----|
|                                                    |              | Б                    | Ж     |                                      | У             | В1   | С     | А (рет.<br>экв/сут)       | Са     | Р      | Mg     |                |                     | Fe |
|                                                    |              |                      |       |                                      |               |      |       |                           |        |        |        |                |                     |    |
| Завтрак                                            |              |                      |       |                                      |               |      |       |                           |        |        |        |                |                     |    |
| КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ      | 150          | 3,92                 | 5,25  | 21,42                                | 149,17        | 0,05 | 0,83  | 41,67                     | 90     | 84,17  | 16,67  | 1,67           | ТТК-189             |    |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                               | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27                                | 59,68         | 0,1  | 0     | 60                        | 11,04  | 28,5   | 12,8   | 0,58           | ТТК-639,1           |    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22                                | 58,69         |      | 0,04  | 0,27                      | 4,5    | 7,2    | 3,6    | 0,66           | ТТК-430             |    |
| ЯБЛОКО ЗЕЛЕНое                                     | 100          | 0,4                  | 0,4   | 9,8                                  | 47            | 0,03 | 10    |                           | 16     | 11     | 9      | 2,2            | 338                 |    |
| Итого за Завтрак                                   | 446          | 5,84                 | 5,91  | 58,71                                | 314,54        | 0,18 | 10,87 | 101,94                    | 121,54 | 130,87 | 42,07  | 5,11           |                     |    |
| Завтрак II                                         |              |                      |       |                                      |               |      |       |                           |        |        |        |                |                     |    |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68                                | 105,3         | 0,01 | 1,8   | 0                         | 6,3    | 5,4    | 1,8    | 0,36           | ТТК-405,01          |    |
| Итого за Завтрак II                                | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68                                | 105,3         | 0,01 | 1,8   | 0                         | 6,3    | 5,4    | 1,8    | 0,36           |                     |    |
| Обед                                               |              |                      |       |                                      |               |      |       |                           |        |        |        |                |                     |    |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ    | 40           | 0,53                 | 1,4   | 2,8                                  | 20,73         | 0,01 | 15,47 | 2,2                       | 14,87  | 13,47  | 5,81   | 0,23           | ТТК-981,04          |    |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ                   | 150/40       | 6,64                 | 5,88  | 11,84                                | 143,8         | 0,11 | 7,2   | 120                       | 23     | 134,8  | 30,4   | 2,16           | ТТК-92,02           |    |
| ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ                                  | 60           | 13,19                | 13,36 | 2,6                                  | 183,12        | 0,04 | 0,84  | 12                        | 11,76  | 126    | 16,8   | 1,68           | ТТК-259             |    |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ (с маслом растительным) | 110          | 3,3                  | 4,86  | 17,05                                | 128,24        | 0,03 |       | 27,5                      | 7,17   | 1,01   | 1,08   | 0,04           | ТТК-323,01          |    |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                               | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27                                | 59,68         | 0,1  | 0     | 60                        | 11,04  | 28,5   | 12,8   | 0,58           | ТТК-639,1           |    |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                           | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86                                | 56,36         | 0    | 1,35  | 0                         | 13,77  | 5,22   | 4,86   | 0,54           | ТТК-394,02          |    |
| Итого за Обед                                      | 596          | 24,94                | 25,77 | 61,42                                | 591,93        | 0,29 | 24,86 | 221,7                     | 81,61  | 309    | 71,75  | 5,23           |                     |    |
| Уплотненный полдник                                |              |                      |       |                                      |               |      |       |                           |        |        |        |                |                     |    |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                   | 40           | 0,33                 | 0,07  | 1                                    | 5,67          | 0,01 | 4     | 4                         | 9,33   | 16,67  | 5,6    | 0,24           | 54-23               |    |
| ТУШЕНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ                               | 60           | 13,63                | 9,3   | 5,24                                 | 250           | 0,05 | 1,11  | 30                        | 37,2   | 163,7  | 34,8   | 1,58           | ТТК-277,07          |    |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ                    | 110          | 3,89                 | 3,08  | 19,29                                | 140,07        | 0,04 | 0     | 22                        | 6,6    | 26,4   | 4,4    | 0,51           | ТТК-209,02          |    |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                               | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27                                | 59,68         | 0,1  | 0     | 60                        | 11,04  | 28,5   | 12,8   | 0,58           | ТТК-639,1           |    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22                                | 58,69         |      | 0,04  | 0,27                      | 4,5    | 7,2    | 3,6    | 0,66           | ТТК-430             |    |
| Итого за Уплотненный полдник                       | 406          | 19,37                | 12,71 | 53,02                                | 514,11        | 0,2  | 5,15  | 116,27                    | 68,67  | 242,47 | 61,2   | 3,57           |                     |    |
| Итого за день                                      |              | 50,24                | 44,48 | 195,83                               | 1525,88       | 0,68 | 42,68 | 439,91                    | 278,12 | 687,74 | 176,82 | 14,27          |                     |    |

Возраст: 1-3 года

День: 5

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

| Прием пищи, наименование блюда                                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |                     | Минеральные вещества (мг) |        |       |      |            | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|-------|---------------------|---------------------------|--------|-------|------|------------|----------------|---------------------|
|                                                               |              | Б                    | Ж     | У      |                                      | В1            | С     | А (рет.<br>экв/сут) | Ca                        | P      | Mg    | Fe   |            |                |                     |
|                                                               |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| Завтрак                                                       |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" (на воде с маслом растительным) | 150          | 4,8                  | 2,85  | 46,5   | 230,85                               | 0,03          | 0     | 90                  | 0                         | 1,89   | 0,06  | 0    | ТТК-190    |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                          | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1  |                |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                 | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6   | 0,66 | ТТК-430    |                |                     |
| Итого за Завтрак                                              | 346          | 6,32                 | 3,11  | 73,99  | 349,22                               | 0,13          | 0,04  | 150,27              | 15,54                     | 37,59  | 16,46 | 1,24 |            |                |                     |
| Завтрак II                                                    |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                           | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8   | 0,36 | ТТК-405,01 |                |                     |
| Итого за Завтрак II                                           | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8   | 0,36 |            |                |                     |
| Обед                                                          |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                       | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                                | 0             | 3,6   |                     | 8,4                       | 15,2   | 5,2   | 0,28 | ТТК-19     |                |                     |
| СУП-КРЕМ ИЗ ОВОЩЕЙ                                            | 150          | 3,6                  | 2,4   | 9,89   | 75,2                                 | 0,04          | 4,8   | 135                 | 64,2                      | 10,35  | 0,75  | 0,18 | ТТК-110,01 |                |                     |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ                                   | 160          | 9,69                 | 10,31 | 27,73  | 242,49                               | 0,06          | 13,69 | 42,67               | 60,8                      | 78,58  | 1,76  | 1,6  | ТТК-306    |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                          | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1  |                |                     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                                      | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                                | 0             | 1,35  | 0                   | 13,77                     | 5,22   | 4,86  | 0,54 | ТТК-394,02 |                |                     |
| Итого за Обед                                                 | 546          | 14,86                | 14    | 66,91  | 452,67                               | 0,2           | 23,44 | 237,67              | 158,21                    | 137,85 | 25,37 | 3,18 |            |                |                     |
| Уплотненный полдник                                           |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)                      | 60           | 6,72                 | 6,24  | 0,48   | 110,4                                | 0,05          |       |                     | 12                        | 132    | 16,8  | 2,16 | ТТК-68,01  |                |                     |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ                                             | 110          | 4,28                 | 6,27  | 18,17  | 146,23                               | 0,05          | 0,44  | 29,33               | 42,9                      | 27,87  | 1,65  | 0,22 | ТТК-133,03 |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                          | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1  |                |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                 | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6   | 0,66 | ТТК-430    |                |                     |
| ГРУША ЗЕЛЕНАЯ                                                 | 100          | 0,4                  | 0,3   | 10,3   | 47                                   | 0,02          | 5     | 0                   | 19                        | 16     | 12    | 2,3  | 338        | 2017           |                     |
| Итого за Уплотненный полдник                                  | 466          | 12,92                | 13,07 | 56,44  | 422                                  | 0,22          | 5,48  | 89,6                | 89,44                     | 211,57 | 46,85 | 5,92 |            |                |                     |
| Итого за день                                                 |              | 34,19                | 30,27 | 220,02 | 1329,19                              | 0,56          | 30,76 | 477,54              | 269,49                    | 392,41 | 90,48 | 10,7 |            |                |                     |

Возраст: 1-3 года

День: 6

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

| Прием пищи, наименование блюда                                   | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |                  | Минеральные вещества (мг) |       |      |      |            | № рецептуры | Сборник рецептов |
|------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|---------------|-------|------------------|---------------------------|-------|------|------|------------|-------------|------------------|
|                                                                  |              | Б                    | Ж    | У     |                                | В1            | С     | А (рет. экв/сут) | Са                        | Р     | Mg   | Fe   |            |             |                  |
|                                                                  |              |                      |      |       |                                |               |       |                  |                           |       |      |      |            |             |                  |
| Завтрак                                                          |              |                      |      |       |                                |               |       |                  |                           |       |      |      |            |             |                  |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде и с маслом растительным) | 150          | 5,1                  | 3,5  | 18,9  | 128                            | 0,05          | 1     |                  | 99                        | 105   | 23   | 1    | ТТК-189,2  |             |                  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                             | 16           | 1,25                 | 0,18 | 13,27 | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5  | 12,8 | 0,58 | ТТК-639,1  |             |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                    | 180          | 0,27                 | 0,08 | 14,22 | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27             | 4,5                       | 7,2   | 3,6  | 0,66 | ТТК-430    |             |                  |
| ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ                                                   | 100          | 0,4                  | 0,4  | 9,8   | 47                             | 0,03          | 10    | 16               | 11                        | 9     | 2,2  | 338  |            | 2017        |                  |
| Итого за Завтрак                                                 | 446          | 7,02                 | 4,16 | 56,19 | 293,37                         | 0,18          | 11,04 | 60,27            | 130,54                    | 151,7 | 48,4 | 4,44 |            |             |                  |
| Завтрак II                                                       |              |                      |      |       |                                |               |       |                  |                           |       |      |      |            |             |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                              | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                | 6,3                       | 5,4   | 1,8  | 0,36 | ТТК-405,01 |             |                  |
| Итого за Завтрак II                                              | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                | 6,3                       | 5,4   | 1,8  | 0,36 |            |             |                  |

| Обед                                               |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |             |                  |          |  |  |
|----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------|---------------|-------|------------------|---------------------------|--------|--------|-------------|------------------|----------|--|--|
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                   | 40           | 0,33                 | 0,07  | 1      | 5,67                           | 0,01          | 4     | 4                | 9,33                      | 16,67  | 5,6    | 0,24        | 54-23            | РПН 2022 |  |  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ | 150/10       | 5,18                 | 3,97  | 12,06  | 150,34                         | 0,07          | 4,83  | 10,8             | 15,55                     | 65,28  | 18,25  | 0,57        | ТТК-100,05       |          |  |  |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)                | 60           | 9,85                 | 4,96  | 5,28   | 105                            | 0,04          | 0     | 4                | 10,4                      | 99,8   | 14,3   | 1           | ТТК-325,05       |          |  |  |
| РИС ОТВАРНОЙ                                       | 110          | 2,71                 | 4,62  | 24,05  | 148,87                         | 0,01          | 0     | 36,67            | 2,2                       | 44,73  | 13,93  | 0,44        | ТТК-325,06       |          |  |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                               | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |          |  |  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                           | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                          | 0             | 1,35  | 0                | 13,77                     | 5,22   | 4,86   | 0,54        | ТТК-394,02       |          |  |  |
| Итого за Обед                                      | 566          | 19,35                | 13,89 | 69,52  | 525,92                         | 0,23          | 10,18 | 115,47           | 62,29                     | 260,2  | 69,74  | 3,37        |                  |          |  |  |
| Уплотненный полдник                                |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |             |                  |          |  |  |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                            | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                          | 0             | 3,6   |                  | 8,4                       | 15,2   | 5,2    | 0,28        | ТТК-19           |          |  |  |
| ГОВЯДИНА ТУШЕНАЯ (без томатной пасты)              | 60           | 9,3                  | 9,9   | 1,68   | 132                            | 0,02          |       | 36               | 6                         | 92,4   | 12     | 1,2         | ТТК-257,04       |          |  |  |
| КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ                                 | 110          | 2,1                  | 3,17  | 16,87  | 103,4                          | 0,11          | 15,4  | 0                | 10,74                     | 58,47  | 21,51  | 0,85        | ТТК-208,01       |          |  |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                               | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |          |  |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27             | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66        | ТТК-430          |          |  |  |
| Итого за Уплотненный полдник                       | 406          | 13,21                | 14,35 | 48,2   | 372,71                         | 0,23          | 19,04 | 96,27            | 40,68                     | 201,77 | 55,11  | 3,57        |                  |          |  |  |
| Итого за день                                      |              | 39,67                | 32,49 | 196,59 | 1297,3                         | 0,65          | 42,06 | 272,01           | 239,81                    | 619,07 | 175,05 | 11,74       |                  |          |  |  |
| Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА              |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |             |                  |          |  |  |
| Прием пищи, наименование блюда                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |                  | Минеральные вещества (мг) |        |        | № рецептуры | Сборник рецептов |          |  |  |
|                                                    |              | Б                    | Ж     | У      |                                | В1            | С     | А (рет. экв/сут) | Са                        | Р      | Mg     |             |                  | Fe       |  |  |
| Завтрак                                            |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |             |                  |          |  |  |
| КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ      | 150          | 3,92                 | 5,25  | 21,42  | 149,17                         | 0,05          | 0,83  | 41,67            | 90                        | 84,17  | 16,67  | 1,67        | ТТК-189          |          |  |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                               | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |          |  |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27             | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66        | ТТК-430          |          |  |  |
| ГРУША ЗЕЛЕНАЯ                                      | 100          | 0,4                  | 0,3   | 10,3   | 47                             | 0,02          | 5     | 0                | 19                        | 16     | 12     | 2,3         | 338              | 2017     |  |  |
| Итого за Завтрак                                   | 446          | 5,84                 | 5,81  | 59,21  | 314,54                         | 0,17          | 5,87  | 101,94           | 124,54                    | 135,87 | 45,07  | 5,21        |                  |          |  |  |
| Завтрак II                                         |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |             |                  |          |  |  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36        | ТТК-405,01       |          |  |  |
| Итого за Завтрак II                                | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36        |                  |          |  |  |
| Обед                                               |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |             |                  |          |  |  |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                            | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                          | 0             | 3,6   |                  | 8,4                       | 15,2   | 5,2    | 0,28        | ТТК-19           |          |  |  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                        | 150          | 3,84                 | 2,7   | 11,16  | 84,6                           | 0,11          | 1,17  | 72,9             | 20,25                     | 60,3   | 21,75  | 1,11        | ТТК-119          |          |  |  |
| ТЕФТЕЛИ (2-й ВАРИАНТ)                              | 60           | 9,5                  | 10,4  | 6,8    | 159                            | 0,04          | 2     |                  | 9                         | 82     | 12     | 1           | ТТК-284          |          |  |  |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ                                  | 110          | 4,28                 | 6,27  | 18,17  | 146,23                         | 0,05          | 0,44  | 29,33            | 42,9                      | 27,87  | 1,65   | 0,22        | ТТК-133,03       |          |  |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                               | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |          |  |  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                           | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                          | 0             | 1,35  | 0                | 13,77                     | 5,22   | 4,86   | 0,54        | ТТК-394,02       |          |  |  |
| Итого за Обед                                      | 556          | 19,19                | 20,66 | 65,42  | 524,81                         | 0,3           | 8,56  | 162,23           | 105,36                    | 219,09 | 58,26  | 3,73        |                  |          |  |  |
| Уплотненный полдник                                |              |                      |       |        |                                |               |       |                  |                           |        |        |             |                  |          |  |  |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ    | 40           | 0,53                 | 1,4   | 2,8    | 20,73                          | 0,01          | 15,47 | 2,2              | 14,87                     | 13,47  | 5,81   | 0,23        | ТТК-981,04       |          |  |  |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ           | 60           | 9,12                 | 9,96  | 6,36   | 154,8                          | 0,04          | 0     | 24               | 12                        | 92,4   | 12     | 1,2         | ТТК-293          |          |  |  |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ          | 110          | 4,91                 | 5,87  | 20,17  | 153,27                         | 0,05          | 9,53  | 315,33           | 16,87                     | 39,6   | 14,67  | 0,81        | ТТК-209,03       |          |  |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                               | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60               | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |          |  |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                      | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27             | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66        | ТТК-430          |          |  |  |
| Итого за Уплотненный полдник                       | 406          | 16,08                | 17,49 | 56,82  | 447,17                         | 0,2           | 25,04 | 401,8            | 59,28                     | 181,17 | 48,88  | 3,48        |                  |          |  |  |
| Итого за день                                      |              | 41,2                 | 44,05 | 204,13 | 1391,82                        | 0,68          | 41,27 | 665,97           | 295,48                    | 541,53 | 154,01 | 12,78       |                  |          |  |  |

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 8

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |      |                     | Минеральные вещества (мг) |        |        |        | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |          |
|-----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|--------------------------------------|---------------|------|---------------------|---------------------------|--------|--------|--------|----------------|---------------------|----------|
|                                                     |              | Б                    | Ж     | У     |                                      | В1            | С    | А (рет.<br>экв/сут) | Са                        | Р      | Mg     | Fe     |                |                     |          |
|                                                     |              |                      |       |       |                                      |               |      |                     |                           |        |        |        |                |                     |          |
| Завтрак                                             |              |                      |       |       |                                      |               |      |                     |                           |        |        |        |                |                     |          |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным) | 150          | 5,6                  | 2,9   | 24,4  | 146                                  |               | 0,14 | 1                   |                           | 102    | 137    | 35     | 2              | ТТК-189,2           |          |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27 | 59,68                                |               | 0,1  | 0                   | 60                        | 11,04  | 28,5   | 12,8   | 0,58           | ТТК-639,1           |          |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22 | 58,69                                |               |      | 0,04                | 0,27                      | 4,5    | 7,2    | 3,6    | 0,66           | ТТК-430             |          |
| ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ                                      | 100          | 0,4                  | 0,4   | 9,8   | 47                                   |               | 0,03 | 10                  |                           | 16     | 11     | 9      | 2,2            | 338                 | 2017     |
| Итого за Завтрак                                    | 446          | 7,52                 | 3,56  | 61,69 | 311,37                               |               | 0,27 | 11,04               | 60,27                     | 133,54 | 183,7  | 60,4   | 5,44           |                     |          |
| Завтрак II                                          |              |                      |       |       |                                      |               |      |                     |                           |        |        |        |                |                     |          |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68 | 105,3                                |               | 0,01 | 1,8                 | 0                         | 6,3    | 5,4    | 1,8    | 0,36           | ТТК-405,01          |          |
| Итого за Завтрак II                                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68 | 105,3                                |               | 0,01 | 1,8                 | 0                         | 6,3    | 5,4    | 1,8    | 0,36           |                     |          |
| Обед                                                |              |                      |       |       |                                      |               |      |                     |                           |        |        |        |                |                     |          |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                    | 40           | 0,33                 | 0,07  | 1     | 5,67                                 |               | 0,01 | 4                   | 4                         | 9,33   | 16,67  | 5,6    | 0,24           | 54-23               | РПН 2022 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ                         | 150/10       | 4,84                 | 2,82  | 11,6  | 91,2                                 |               | 0,08 | 8,8                 | 130                       | 20,8   | 68,4   | 22,4   | 0,92           | ТТК-92,02           |          |
| РАГУ ИЗ ГОВЯДИНЫ С ОВОЩАМИ                          | 160          | 9,2                  | 12,42 | 19,5  | 226,58                               |               | 0,11 | 5,33                | 10,4                      | 22,4   | 202,67 | 38,4   | 3,2            | ТТК-258,08          |          |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27 | 59,68                                |               | 0,1  | 0                   | 60                        | 11,04  | 28,5   | 12,8   | 0,58           | ТТК-639,1           |          |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                            | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86 | 56,36                                |               | 0    | 1,35                | 0                         | 13,77  | 5,22   | 4,86   | 0,54           | ТТК-394,02          |          |
| Итого за Обед                                       | 556          | 15,65                | 15,58 | 59,23 | 439,49                               |               | 0,3  | 19,48               | 204,4                     | 77,34  | 321,46 | 84,06  | 5,48           |                     |          |
| Уплотненный полдник                                 |              |                      |       |       |                                      |               |      |                     |                           |        |        |        |                |                     |          |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                             | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16  | 18,94                                |               | 0    | 3,6                 |                           | 8,4    | 15,2   | 5,2    | 0,28           | ТТК-19              |          |
| ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ                                     | 160          | 18,45                | 16,85 | 29,55 | 343,47                               |               | 0,09 | 9,6                 | 213,33                    | 39,47  | 217,6  | 41,6   | 2,13           | ТТК-311,04          |          |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27 | 59,68                                |               | 0,1  | 0                   | 60                        | 11,04  | 28,5   | 12,8   | 0,58           | ТТК-639,1           |          |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22 | 58,69                                |               |      | 0,04                | 0,27                      | 4,5    | 7,2    | 3,6    | 0,66           | ТТК-430             |          |
| Итого за Уплотненный полдник                        | 396          | 20,26                | 18,13 | 59,2  | 480,78                               |               | 0,19 | 13,24               | 273,6                     | 63,41  | 268,5  | 63,2   | 3,65           |                     |          |
| Итого за день                                       |              | 43,52                | 37,36 | 202,8 | 1336,94                              |               | 0,77 | 45,56               | 538,27                    | 280,59 | 779,06 | 209,46 | 14,93          |                     |          |

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 9

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |                     | Минеральные вещества (мг) |       |      |      | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |  |
|-------------------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------------|---------------|-------|---------------------|---------------------------|-------|------|------|----------------|---------------------|--|
|                                           |              | Б                    | Ж    | У     |                                      | В1            | С     | А (рет.<br>экв/сут) | Ca                        | P     | Mg   | Fe   |                |                     |  |
|                                           |              |                      |      |       |                                      |               |       |                     |                           |       |      |      |                |                     |  |
| Завтрак                                   |              |                      |      |       |                                      |               |       |                     |                           |       |      |      |                |                     |  |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ | 150          | 6,7                  | 8    | 27,5  | 209                                  | 0,07          | 13    | 430                 | 23                        | 54    | 20   | 1,1  | ТТК-209,03     |                     |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                      | 16           | 1,25                 | 0,18 | 13,27 | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5  | 12,8 | 0,88 | ТТК-639,1      |                     |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180          | 0,27                 | 0,08 | 14,22 | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2   | 3,6  | 0,66 | ТТК-430        |                     |  |
| ГРУША ЗЕЛЕНАЯ                             | 100          | 0,4                  | 0,3  | 10,3  | 47                                   | 0,02          | 5     | 0                   | 19                        | 16    | 12   | 2,3  | 338            | 2017                |  |
| Итого за Завтрак                          | 446          | 8,62                 | 8,56 | 65,29 | 374,37                               | 0,19          | 18,04 | 490,27              | 57,54                     | 105,7 | 48,4 | 4,64 |                |                     |  |
| Завтрак II                                |              |                      |      |       |                                      |               |       |                     |                           |       |      |      |                |                     |  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)       | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4   | 1,8  | 0,36 | ТТК-405,01     |                     |  |
| Итого за Завтрак II                       | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4   | 1,8  | 0,36 |                |                     |  |

| Обед                                      |              |                      |              |                                |                |               |              |                           |               |               |               |              |                  |
|-------------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------------------------|----------------|---------------|--------------|---------------------------|---------------|---------------|---------------|--------------|------------------|
| Прием пищи, наименование блюда            | Масса порции | Пищевые вещества (г) |              | Энергетическая ценность (ккал) |                | Витамины (мг) |              | Минеральные вещества (мг) |               |               |               | № рецептуры  | Сборник рецептов |
|                                           |              | Б                    | Ж            | У                              |                | В1            | С            | А (рет. экв/сут)          | Са            | Р             | Mg            | Fe           |                  |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                   | 40           | 0,29                 | 1,02         | 2,16                           | 18,94          | 0             | 3,6          |                           | 8,4           | 15,2          | 5,2           | 0,28         | ТТК-19           |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ | 150/10       | 3,32                 | 3,14         | 1,17                           | 46,24          | 0,01          | 1,98         |                           | 8,65          | 34,23         | 6,4           | 0,49         | ТТК-87,05        |
| ГУЛЯШ ИЗ ИНДЕЙКИ                          | 60           | 13,6                 | 9,3          | 5,24                           | 250            | 0,05          | 1,11         | 20                        | 37,2          | 163,7         | 34,8          | 1,58         | ТТК-277,04       |
| РИС ОТВАРНОЙ                              | 110          | 2,71                 | 4,62         | 24,05                          | 148,87         | 0,01          | 0            | 36,67                     | 2,2           | 44,73         | 13,93         | 0,44         | ТТК-325,06       |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                      | 16           | 1,25                 | 0,18         | 13,27                          | 59,68          | 0,1           | 0            | 60                        | 11,04         | 28,5          | 12,8          | 0,58         | ТТК-639,1        |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                  | 180          | 0,03                 | 0,09         | 13,86                          | 56,36          | 0             | 1,35         | 0                         | 13,77         | 5,22          | 4,86          | 0,54         | ТТК-394,02       |
| <b>Итого за Обед</b>                      | <b>566</b>   | <b>21,2</b>          | <b>18,35</b> | <b>59,75</b>                   | <b>580,09</b>  | <b>0,17</b>   | <b>8,04</b>  | <b>152,97</b>             | <b>81,26</b>  | <b>291,58</b> | <b>77,99</b>  | <b>3,91</b>  |                  |
| Уплотненный полдник                       |              |                      |              |                                |                |               |              |                           |               |               |               |              |                  |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                          | 40           | 0,33                 | 0,07         | 1                              | 5,67           | 0,01          | 4            |                           | 9,33          | 16,67         | 5,6           | 0,24         | 54-23 РПН 2022   |
| ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ             | 160          | 19,1                 | 18,99        | 6,5                            | 273,55         | 0,08          | 17,55        | 103,23                    | 46,45         | 184,77        | 34,06         | 3,1          | ТТК-262          |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                      | 16           | 1,25                 | 0,18         | 13,27                          | 59,68          | 0,1           | 0            | 60                        | 11,04         | 28,5          | 12,8          | 0,58         | ТТК-639,1        |
| ЧАЙ С САХАРОМ                             | 180          | 0,27                 | 0,08         | 14,22                          | 58,69          |               | 0,04         | 0,27                      | 4,5           | 7,2           | 3,6           | 0,66         | ТТК-430          |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b>       | <b>396</b>   | <b>20,95</b>         | <b>19,32</b> | <b>34,99</b>                   | <b>397,59</b>  | <b>0,19</b>   | <b>21,59</b> | <b>167,5</b>              | <b>71,32</b>  | <b>237,14</b> | <b>56,06</b>  | <b>4,58</b>  |                  |
| <b>Итого за день</b>                      |              | <b>50,86</b>         | <b>46,32</b> | <b>182,71</b>                  | <b>1457,35</b> | <b>0,56</b>   | <b>49,47</b> | <b>810,74</b>             | <b>216,42</b> | <b>639,82</b> | <b>184,25</b> | <b>13,49</b> |                  |

Возраст: 1-3 года

День: 10

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

| Прием пищи, наименование блюда                                     | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |      | Минеральные вещества (мг) |       |       |      | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |    |
|--------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------------|---------------|------|---------------------------|-------|-------|------|----------------|---------------------|----|
|                                                                    |              | Б                    | Ж    | У     |                                      | В1            | С    | А (рети.<br>экв/сут)      | Са    | Р     | Mg   |                |                     | Fe |
|                                                                    |              |                      |      |       |                                      |               |      |                           |       |       |      |                |                     |    |
| Завтрак                                                            |              |                      |      |       |                                      |               |      |                           |       |       |      |                |                     |    |
| КАША РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на<br>воде с маслом растительным) | 150          | 5,04                 | 7,32 | 28,08 | 199,2                                | 0,12          | 1,2  | 48                        | 76,8  | 121,2 | 33,6 | 2,4            | ТТК-183,01          |    |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                               | 16           | 1,25                 | 0,18 | 13,27 | 59,68                                | 0,1           | 0    | 60                        | 11,04 | 28,5  | 12,8 | 0,58           | ТТК-639,1           |    |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                      | 180          | 0,27                 | 0,08 | 14,22 | 58,69                                |               | 0,04 | 0,27                      | 4,5   | 7,2   | 3,6  | 0,66           | ТТК-430             |    |
| Итого за Завтрак                                                   | 346          | 6,56                 | 7,58 | 55,57 | 317,57                               | 0,22          | 1,24 | 108,27                    | 92,34 | 156,9 | 50   | 3,64           |                     |    |

| Завтрак II                                      |        |       |       |       |        |      |       |       |       |        |       |      |            |
|-------------------------------------------------|--------|-------|-------|-------|--------|------|-------|-------|-------|--------|-------|------|------------|
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)             | 180    | 0,09  |       | 22,68 | 105,3  | 0,01 | 1,8   | 0     | 6,3   | 5,4    | 1,8   | 0,36 | ТТК-405,01 |
| Итого за Завтрак II                             | 180    | 0,09  |       | 22,68 | 105,3  | 0,01 | 1,8   | 0     | 6,3   | 5,4    | 1,8   | 0,36 |            |
| Обед                                            |        |       |       |       |        |      |       |       |       |        |       |      |            |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ | 40     | 0,53  | 1,4   | 2,8   | 20,73  | 0,01 | 15,47 | 2,2   | 14,87 | 13,47  | 5,81  | 0,23 | ТТК-981,04 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ                | 150/40 | 6,64  | 5,88  | 11,84 | 143,8  | 0,11 | 7,2   | 120   | 23    | 134,8  | 30,4  | 2,16 | ТТК-92,02  |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ С ГОВЯДИНОЙ                  | 160    | 5,22  | 6,82  | 4,9   | 160    | 0,11 | 5,33  | 10,4  | 10,67 | 202,67 | 17,07 | 0,02 | ТТК-258,01 |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                            | 16     | 1,25  | 0,18  | 13,27 | 59,68  | 0,1  | 0     | 60    | 11,04 | 28,5   | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                        | 180    | 0,03  | 0,09  | 13,86 | 56,36  | 0    | 1,35  | 0     | 13,77 | 5,22   | 4,86  | 0,54 | ТТК-394,02 |
| Итого за Обед                                   | 586    | 13,67 | 14,37 | 46,67 | 440,57 | 0,33 | 29,35 | 192,6 | 73,35 | 384,66 | 70,94 | 3,53 |            |

| Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА                             |              |                      |       | День: 11 |                                |               |       | Возраст: 1-3 года |                           |        |        |             |                  |    |  |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|----------|--------------------------------|---------------|-------|-------------------|---------------------------|--------|--------|-------------|------------------|----|--|
| Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |                   | Минеральные вещества (мг) |        |        | № рецептуры | Сборник рецептов |    |  |
|                                                                   |              | Б                    | Ж     | У        |                                | В1            | С     | А (рет. экв/сут)  | Са                        | Р      | Mg     |             |                  | Fe |  |
| Завтрак                                                           |              |                      |       |          |                                |               |       |                   |                           |        |        |             |                  |    |  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара) | 150          | 4,83                 | 1,17  | 25,67    | 135                            | 0,16          | 0     | 0                 | 7,33                      | 19,17  | 73,33  | 1,92        | ТТК-189,04       |    |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27    | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60                | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |    |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                     | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22    | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27              | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66        | ТТК-430          |    |  |
| ГРУША ЗЕЛЁНАЯ                                                     | 100          | 0,4                  | 0,3   | 10,3     | 47                             | 0,02          | 5     | 0                 | 19                        | 16     | 12     | 2,3         | 338              |    |  |
| Итого за Завтрак                                                  | 446          | 6,75                 | 1,73  | 63,46    | 300,37                         | 0,28          | 5,04  | 60,27             | 41,87                     | 70,87  | 101,73 | 5,46        |                  |    |  |
| Завтрак II                                                        |              |                      |       |          |                                |               |       |                   |                           |        |        |             |                  |    |  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                               | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68    | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                 | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36        | ТТК-405,01       |    |  |
| Итого за Завтрак II                                               | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68    | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                 | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36        |                  |    |  |
| Обед                                                              |              |                      |       |          |                                |               |       |                   |                           |        |        |             |                  |    |  |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                                  | 40           | 0,33                 | 0,07  | 1        | 5,67                           | 0,01          | 4     | 4                 | 9,33                      | 16,67  | 5,6    | 0,24        | 54-23 РПН 2022   |    |  |
| СУП-КРЕМ ИЗ ОВОЩЕЙ                                                | 150          | 3,6                  | 2,4   | 9,89     | 75,2                           | 0,04          | 4,8   | 135               | 64,2                      | 10,35  | 0,75   | 0,18        | ТТК-110,01       |    |  |
| ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (без томатной пасты)                          | 160          | 18,03                | 17,17 | 14,29    | 283,73                         | 0,11          | 5,33  | 10,67             | 22,4                      | 202,67 | 38,4   | 3,2         | ТТК-258,06       |    |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27    | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60                | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |    |  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                                          | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86    | 56,36                          | 0             | 1,35  | 0                 | 13,77                     | 5,22   | 4,86   | 0,54        | ТТК-394,02       |    |  |
| Итого за Обед                                                     | 546          | 23,24                | 19,91 | 52,31    | 480,64                         | 0,26          | 15,48 | 209,67            | 120,74                    | 263,41 | 62,41  | 4,74        |                  |    |  |
| Уплотненный полдник                                               |              |                      |       |          |                                |               |       |                   |                           |        |        |             |                  |    |  |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                           | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16     | 18,94                          | 0             | 3,6   |                   | 8,4                       | 15,2   | 5,2    | 0,28        | ТТК-19           |    |  |
| ПЛОВ ИЗ ИНДЕЙКИ                                                   | 160          | 18,45                | 16,85 | 29,55    | 343,47                         | 0,09          | 9,6   | 213,33            | 39,47                     | 217,6  | 41,6   | 2,13        | ТТК-311,04       |    |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27    | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60                | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |    |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                     | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22    | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27              | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66        | ТТК-430          |    |  |
| Итого за Уплотненный полдник                                      | 396          | 20,26                | 18,13 | 59,2     | 480,78                         | 0,19          | 13,24 | 273,6             | 63,41                     | 268,5  | 63,2   | 3,65        |                  |    |  |
| Итого за день                                                     |              | 50,34                | 39,86 | 197,65   | 1367,09                        | 0,74          | 35,56 | 543,54            | 232,32                    | 608,18 | 229,14 | 14,21       |                  |    |  |
| Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА                             |              |                      |       |          |                                |               |       |                   |                           |        |        |             |                  |    |  |
| Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |          | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |                   | Минеральные вещества (мг) |        |        | № рецептуры | Сборник рецептов |    |  |
|                                                                   |              | Б                    | Ж     | У        |                                | В1            | С     | А (рет. экв/сут)  | Са                        | Р      | Mg     |             |                  | Fe |  |
| Завтрак                                                           |              |                      |       |          |                                |               |       |                   |                           |        |        |             |                  |    |  |
| КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ                     | 150          | 3,92                 | 5,25  | 21,42    | 149,17                         | 0,05          | 0,83  | 41,67             | 90                        | 84,17  | 16,67  | 1,67        | ТТК-189          |    |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27    | 59,68                          | 0,1           | 0     | 60                | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58        | ТТК-639,1        |    |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                     | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22    | 58,69                          |               | 0,04  | 0,27              | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66        | ТТК-430          |    |  |
| ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ                                                    | 100          | 0,4                  | 0,4   | 9,8      | 47                             | 0,03          | 10    |                   | 16                        | 11     | 9      | 2,2         | 338              |    |  |
| Итого за Завтрак                                                  | 446          | 5,84                 | 5,91  | 58,71    | 314,54                         | 0,18          | 10,87 | 101,94            | 121,54                    | 130,87 | 42,07  | 5,11        | 2017             |    |  |
| Завтрак II                                                        |              |                      |       |          |                                |               |       |                   |                           |        |        |             |                  |    |  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                               | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68    | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                 | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36        | ТТК-405,01       |    |  |
| Итого за Завтрак II                                               | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68    | 105,3                          | 0,01          | 1,8   | 0                 | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36        |                  |    |  |

| Обед                                                                |            |              |              |               |                |             |              |               |               |               |               |              |                   |
|---------------------------------------------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-------------|--------------|---------------|---------------|---------------|---------------|--------------|-------------------|
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ                     | 40         | 0,53         | 1,4          | 2,8           | 20,73          | 0,01        | 15,47        | 2,2           | 14,87         | 13,47         | 5,81          | 0,23         | ТТК-981,04        |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01) | 150/10     | 4,84         | 2,82         | 11,6          | 91,2           | 0,08        | 8,8          | 130           | 20,8          | 68,4          | 22,4          | 0,92         | ТТК-92,02         |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ                                                      | 110        | 1,47         | 4,18         | 8,87          | 80,08          | 0,1         | 15,5         | 132           | 63,07         | 68            | 15,8          | 1,6          | ТТК-68,01         |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                                | 16         | 1,25         | 0,18         | 13,27         | 59,68          | 0,1         | 0            | 60            | 11,04         | 28,5          | 12,8          | 0,58         | ТТК-338,1         |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                                            | 180        | 0,03         | 0,09         | 13,86         | 56,36          | 0           | 1,35         | 0             | 13,77         | 5,22          | 4,86          | 0,54         | ТТК-639,1         |
| <b>Итого за Обед</b>                                                | <b>566</b> | <b>14,84</b> | <b>14,91</b> | <b>50,88</b>  | <b>418,45</b>  | <b>0,34</b> | <b>41,12</b> | <b>324,2</b>  | <b>135,55</b> | <b>315,59</b> | <b>78,47</b>  | <b>6,03</b>  | <b>ТТК-394,02</b> |
| Уплотненный полдник                                                 |            |              |              |               |                |             |              |               |               |               |               |              |                   |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                                    | 40         | 0,33         | 0,07         | 5,67          | 0,01           | 4           | 4            | 4             | 9,33          | 16,67         | 5,6           | 0,24         | 54-23             |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ (без моркови/специй)              | 160        | 10,33        | 13,17        | 27,89         | 271,36         | 0,02        | 1,83         | 91,43         | 38,4          | 55,77         | 3,11          | 0,46         | ТТК-308,09        |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                                | 16         | 1,25         | 0,18         | 13,27         | 59,68          | 0,1         | 0            | 60            | 11,04         | 28,5          | 12,8          | 0,58         | ТТК-639,1         |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                       | 180        | 0,27         | 0,08         | 14,22         | 58,69          | 0,04        | 0,04         | 0,27          | 4,5           | 7,2           | 3,6           | 0,66         | ТТК-430           |
| <b>Итого за Уплотненный полдник</b>                                 | <b>396</b> | <b>12,18</b> | <b>13,5</b>  | <b>56,38</b>  | <b>395,4</b>   | <b>0,13</b> | <b>5,87</b>  | <b>155,7</b>  | <b>63,27</b>  | <b>108,14</b> | <b>25,11</b>  | <b>1,94</b>  |                   |
| <b>Итого за день</b>                                                |            | <b>32,95</b> | <b>34,41</b> | <b>188,65</b> | <b>1233,69</b> | <b>0,66</b> | <b>59,66</b> | <b>581,84</b> | <b>326,66</b> | <b>560</b>    | <b>147,45</b> | <b>13,44</b> |                   |

День: 13

Возраст: 1-3 года

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        |         | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |        |                     | Минеральные вещества (мг) |        |       |            | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|---------|--------------------------------------|---------------|--------|---------------------|---------------------------|--------|-------|------------|----------------|---------------------|
|                                                     |              | Б                    |       | Ж      | У       |                                      | B1            | С      | А (рет.<br>экв/сут) | Ca                        | P      | Mg    | Fe         |                |                     |
|                                                     |              | Завтрак              |       |        |         |                                      |               |        |                     |                           |        |       |            |                |                     |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным) | 150          | 5,6                  | 2,9   | 24,4   | 146     | 0,14                                 | 1             |        | 102                 | 137                       | 35     | 2     | ТТК-189,2  |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68   | 0,1                                  | 0             | 60     | 11,04               | 28,5                      | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1  |                |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69   |                                      | 0,04          | 0,27   | 4,5                 | 7,2                       | 3,6    | 0,66  | ТТК-430    |                |                     |
| Итого за Завтрак                                    | 346          | 7,12                 | 3,16  | 51,89  | 264,37  | 0,24                                 | 1,04          | 60,27  | 117,54              | 172,7                     | 51,4   | 3,24  |            |                |                     |
| Завтрак II                                          |              |                      |       |        |         |                                      |               |        |                     |                           |        |       |            |                |                     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3   | 0,01                                 | 1,8           | 0      | 6,3                 | 5,4                       | 1,8    | 0,36  | ТТК-405,01 |                |                     |
| Итого за Завтрак II                                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3   | 0,01                                 | 1,8           | 0      | 6,3                 | 5,4                       | 1,8    | 0,36  |            |                |                     |
| Обед                                                |              |                      |       |        |         |                                      |               |        |                     |                           |        |       |            |                |                     |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                             | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94   | 0                                    | 3,6           |        | 8,4                 | 15,2                      | 5,2    | 0,28  | ТТК-19     |                |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ   | 150/10       | 5,02                 | 2,78  | 12,08  | 139,2   | 0,07                                 | 6,4           | 16     | 19,6                | 60                        | 18,2   | 0,38  | ТТК-100,05 |                |                     |
| ТЕФТЕЛИ (2-й ВАРИАНТ)                               | 60           | 9,5                  | 10,4  | 6,8    | 159     | 0,04                                 | 2             |        | 9                   | 82                        | 12     | 1     | ТТК-284    |                |                     |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ                                   | 110          | 4,28                 | 6,27  | 18,17  | 146,23  | 0,05                                 | 0,44          | 29,33  | 42,9                | 27,87                     | 1,65   | 0,22  | ТТК-133,03 |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68   | 0,1                                  | 0             | 60     | 11,04               | 28,5                      | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1  |                |                     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                            | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36   | 0                                    | 1,35          | 0      | 13,77               | 5,22                      | 4,86   | 0,54  | ТТК-394,02 |                |                     |
| Итого за Обед                                       | 566          | 20,37                | 20,74 | 66,34  | 579,41  | 0,26                                 | 13,79         | 105,33 | 104,71              | 218,79                    | 54,71  | 3     |            |                |                     |
| Уплотненный полдник                                 |              |                      |       |        |         |                                      |               |        |                     |                           |        |       |            |                |                     |
| ТУШЕНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ                                | 60           | 13,63                | 9,3   | 5,24   | 250     | 0,05                                 | 1,11          | 30     | 37,2                | 163,7                     | 34,8   | 1,58  | ТТК-277,07 |                |                     |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ           | 110          | 4,91                 | 5,87  | 20,17  | 153,27  | 0,05                                 | 9,53          | 315,33 | 16,87               | 39,6                      | 14,67  | 0,81  | ТТК-209,03 |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68   | 0,1                                  | 0             | 60     | 11,04               | 28,5                      | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1  |                |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69   |                                      | 0,04          | 0,27   | 4,5                 | 7,2                       | 3,6    | 0,66  | ТТК-430    |                |                     |
| ГРУША ЗЕЛЕНАЯ                                       | 100          | 0,4                  | 0,3   | 10,3   | 47      | 0,02                                 | 5             | 0      | 19                  | 16                        | 12     | 2,3   | 338        | 2017           |                     |
| Итого за Уплотненный полдник                        | 466          | 20,46                | 15,73 | 63,2   | 568,64  | 0,22                                 | 15,68         | 405,6  | 88,61               | 255                       | 77,87  | 5,93  |            |                |                     |
| Итого за день                                       |              | 48,04                | 39,72 | 204,11 | 1517,72 | 0,73                                 | 32,31         | 571,2  | 317,16              | 651,89                    | 185,78 | 12,53 |            |                |                     |

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 14

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда                                      | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |                     | Минеральные вещества (мг) |        |        |       | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |
|---------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------------------------------------|---------------|-------|---------------------|---------------------------|--------|--------|-------|----------------|---------------------|
|                                                                     |              |                      |       |                                      | B1            | C     | A (рет.<br>экв/сут) | Ca                        | P      | Mg     | Fe    |                |                     |
|                                                                     |              | B                    | Ж     | У                                    | Завтрак       |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |
| КАША РИСОВАЯ "ЯНТАРЬ" С ЯБЛОКОМ (на<br>воде с маслом растительным)  | 150          | 5,04                 | 7,32  | 28,08                                | 0,12          | 1,2   | 48                  | 76,8                      | 121,2  | 33,6   | 2,4   | ТТК-183,01     |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22                                | 0,04          | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66  | ТТК-430        |                     |
| Итого за Завтрак                                                    | 346          | 6,56                 | 7,58  | 55,57                                | 0,22          | 1,24  | 108,27              | 92,34                     | 156,9  | 50     | 3,64  |                |                     |
| Завтрак II                                                          |              |                      |       |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36  | ТТК-405,01     |                     |
| Итого за Завтрак II                                                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36  |                |                     |
| Обед                                                                |              |                      |       |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ СО<br>СВЕЖИМ ОГУРЦОМ                  | 40           | 0,53                 | 1,4   | 2,8                                  | 0,01          | 15,47 | 2,2                 | 14,87                     | 13,47  | 5,81   | 0,23  | ТТК-981,04     |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ<br>ГОВЯДИНОЙ                            | 150/10       | 5                    | 4     | 11,58                                | 0,08          | 7,23  | 124,8               | 16,75                     | 73,68  | 22,45  | 1,11  | ТТК-92,02      |                     |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В<br>СОУСЕ                        | 60           | 9,12                 | 9,96  | 6,36                                 | 0,04          | 0     | 24                  | 12                        | 92,4   | 12     | 1,2   | ТТК-293        |                     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-<br>ДОМАШНЕМУ" на растительном масле | 110          | 2,64                 | 3,37  | 7,63                                 | 0,02          | 0     | 22                  | 17,23                     | 57,2   | 19,07  | 0,44  | ТТК-323,04     |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                                            | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86                                | 0             | 1,35  | 0                   | 13,77                     | 5,22   | 4,86   | 0,54  | ТТК-394,02     |                     |
| Итого за Обед                                                       | 566          | 18,57                | 19    | 55,5                                 | 0,25          | 24,05 | 233                 | 85,66                     | 270,47 | 76,99  | 4,1   |                |                     |
| Уплотненный полдник                                                 |              |                      |       |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |
| КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ                                                  | 60           | 8,6                  | 15,3  | 1,7                                  | 0             | 0,9   | 0                   | 6,4                       | 85,7   | 10,1   | 0,6   | ТТК-314        |                     |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ                                     | 110          | 3,89                 | 3,08  | 19,29                                | 0,04          | 0     | 22                  | 6,6                       | 26,4   | 4,4    | 0,51  | ТТК-209,02     |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22                                | 0,04          | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66  | ТТК-430        |                     |
| ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ                                                      | 100          | 0,4                  | 0,4   | 9,8                                  | 0,03          | 10    |                     | 16                        | 11     | 9      | 2,2   | 338            | 2017                |
| Итого за Уплотненный полдник                                        | 466          | 14,41                | 19,04 | 58,28                                | 0,17          | 10,94 | 82,27               | 44,54                     | 158,8  | 39,9   | 4,55  |                |                     |
| Итого за день                                                       |              | 39,63                | 45,71 | 192,03                               | 0,65          | 38,03 | 423,54              | 228,84                    | 591,57 | 168,69 | 12,65 |                |                     |

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 15

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |      |                     | Минеральные вещества (мг) |        |       |      | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |
|-----------------------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------------|---------------|------|---------------------|---------------------------|--------|-------|------|----------------|---------------------|
|                                               |              | Б                    | Ж    | У     |                                      | В1            | С    | А (рет.<br>экв/сут) | Са                        | Р      | Mg    | Fe   |                |                     |
|                                               |              |                      |      |       |                                      |               |      |                     |                           |        |       |      |                |                     |
| Завтрак                                       |              |                      |      |       |                                      |               |      |                     |                           |        |       |      |                |                     |
| КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ | 150          | 3,92                 | 5,25 | 21,42 | 149,17                               | 0,05          | 0,83 | 41,67               | 90                        | 84,17  | 16,67 | 1,67 | ТТК-189        |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                          | 16           | 1,25                 | 0,18 | 13,27 | 59,68                                | 0,1           | 0    | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1      |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                 | 180          | 0,27                 | 0,08 | 14,22 | 58,69                                |               | 0,04 | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6   | 0,66 | ТТК-430        |                     |
| Итого за Завтрак                              | 346          | 5,44                 | 5,51 | 48,91 | 267,54                               | 0,15          | 0,87 | 101,94              | 105,54                    | 119,87 | 33,07 | 2,91 |                |                     |
| Завтрак II                                    |              |                      |      |       |                                      |               |      |                     |                           |        |       |      |                |                     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОКИ ГРУШ (без сахара)            | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                                | 0,01          | 1,8  | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8   | 0,36 | ТТК-405,01     |                     |
| Итого за Завтрак II                           | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                                | 0,01          | 1,8  | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8   | 0,36 |                |                     |

| Обед                                |        |       |       |        |         |      |       |        |        |        |       |            |      |
|-------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|------|-------|--------|--------|--------|-------|------------|------|
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ             | 40     | 0,29  | 1,02  | 2,16   | 18,94   | 0    | 3,6   | 8,4    | 15,2   | 5,2    | 0,28  | ТТК-19     |      |
| БОРЩ ОВОЩНОЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ   | 150/10 | 4,58  | 4,75  | 7,08   | 89,14   | 0,04 | 6,63  | 130,8  | 58,08  | 17,65  | 1,17  | ТТК-76,09  |      |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05) | 60     | 9,85  | 4,96  | 5,28   | 105     | 0,04 | 0     | 10,4   | 99,8   | 14,3   | 1     | ТТК-325,05 |      |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ                   | 110    | 4,28  | 6,27  | 18,17  | 146,23  | 0,05 | 0,44  | 29,33  | 42,9   | 27,87  | 1,65  | ТТК-133,03 |      |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                | 16     | 1,25  | 0,18  | 13,27  | 59,68   | 0,1  | 0     | 60     | 11,04  | 28,5   | 12,8  | ТТК-639,1  |      |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ            | 180    | 0,03  | 0,09  | 13,86  | 56,36   | 0    | 1,35  | 0      | 13,77  | 5,22   | 4,86  | ТТК-394,02 |      |
| Итого за Обед                       | 566    | 20,28 | 17,27 | 59,82  | 475,35  | 0,23 | 12,02 | 224,13 | 114,06 | 234,67 | 3,79  |            |      |
| Уплотненный полдник                 |        |       |       |        |         |      |       |        |        |        |       |            |      |
| ПЛОВ С ГОВЯДИНОЙ БЕЗ МОРКОВИ        | 160    | 17,17 | 21,87 | 26,88  | 345,6   | 0,06 | 1,07  | 160    | 60,8   | 199,47 | 39,47 | ТТК-265,01 |      |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                | 16     | 1,25  | 0,18  | 13,27  | 59,68   | 0,1  | 0     | 60     | 11,04  | 28,5   | 12,8  | ТТК-639,1  |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ                       | 180    | 0,27  | 0,08  | 14,22  | 58,69   |      | 0,04  | 0,27   | 4,5    | 7,2    | 3,6   | ТТК-430    |      |
| ГРУША ЗЕЛЕНАЯ                       | 100    | 0,4   | 0,3   | 10,3   | 47      | 0,02 | 5     | 0      | 19     | 16     | 12    | 338        | 2017 |
| Итого за Уплотненный полдник        | 456    | 19,09 | 22,43 | 64,67  | 510,97  | 0,18 | 6,11  | 220,27 | 95,34  | 251,17 | 67,87 | 4,71       |      |
| Итого за день                       |        | 44,9  | 45,3  | 196,08 | 1359,16 | 0,57 | 20,8  | 546,34 | 321,24 | 611,11 | 159,2 | 11,77      |      |

День: 16

Возраст: 1-3 года

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

| Прием пищи, наименование блюда                                   | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |                     | Минеральные вещества (мг) |        |        |      |            | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |
|------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|-------|---------------------|---------------------------|--------|--------|------|------------|----------------|---------------------|
|                                                                  |              | Б                    | Ж     | У      |                                      | В1            | С     | А (рет.<br>экв/сут) | Са                        | Р      | Mg     | Fe   |            |                |                     |
|                                                                  |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |      |            |                |                     |
| Завтрак                                                          |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |      |            |                |                     |
| КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде и с маслом растительным) | 150          | 5,1                  | 3,5   | 18,9   | 128                                  | 0,05          | 1     |                     | 99                        | 105    | 23     | 1    | ТТК-189,2  |                |                     |
| ХЛЕБ БЕЗБЕЛКОВЫЙ                                                 | 16           | 0,08                 | 0,8   | 7,2    | 36,32                                | 0             | 0     | 0,48                | 2,56                      | 0      | 0,14   | 0    | ТТК-639,01 |                |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                    | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66 | ТТК-430    |                |                     |
| ГРУША ЗЕЛЕНАЯ                                                    | 100          | 0,4                  | 0,3   | 10,3   | 47                                   | 0,02          | 5     | 0                   | 19                        | 16     | 12     | 2,3  | 338        |                | 2017                |
| Итого за Завтрак                                                 | 446          | 5,85                 | 4,68  | 50,62  | 270,01                               | 0,07          | 6,04  | 0,75                | 125,06                    | 128,2  | 38,74  | 3,96 |            |                |                     |
| Завтрак II                                                       |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |      |            |                |                     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                              | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36 | ТТК-405,01 |                |                     |
| Итого за Завтрак II                                              | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36 |            |                |                     |
| Обед                                                             |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |      |            |                |                     |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                                 | 40           | 0,33                 | 0,07  | 1      | 5,67                                 | 0,01          | 4     | 4                   | 9,33                      | 16,67  | 5,6    | 0,24 | 54-23      | РПН 2022       |                     |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ                                      | 150          | 3,84                 | 2,7   | 11,16  | 84,6                                 | 0,11          | 1,17  | 72,9                | 20,25                     | 60,3   | 21,75  | 1,11 | ТТК-119    |                |                     |
| КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ                                               | 60           | 8,6                  | 15,3  | 1,7    | 179,3                                | 0             | 0,9   | 0                   | 6,4                       | 85,7   | 10,1   | 0,6  | ТТК-314    |                |                     |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ                        | 110          | 4,91                 | 5,87  | 20,17  | 153,27                               | 0,05          | 9,53  | 315,33              | 16,87                     | 39,6   | 14,67  | 0,81 | ТТК-209,03 |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                             | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58 | ТТК-639,1  |                |                     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                                         | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                                | 0             | 1,35  | 0                   | 13,77                     | 5,22   | 4,86   | 0,54 | ТТК-394,02 |                |                     |
| Итого за Обед                                                    | 556          | 18,96                | 24,21 | 61,16  | 538,88                               | 0,27          | 16,95 | 452,23              | 77,66                     | 235,99 | 69,78  | 3,88 |            |                |                     |
| Уплотненный полдник                                              |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |      |            |                |                     |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                          | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                                | 0             | 3,6   |                     | 8,4                       | 15,2   | 5,2    | 0,28 | ТТК-19     |                |                     |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ                                    | 160          | 5,22                 | 6,82  | 4,9    | 160                                  | 0,11          | 5,33  | 10,4                | 10,67                     | 202,67 | 17,07  | 0,02 | ТТК-258,01 |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                             | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58 | ТТК-639,1  |                |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                    | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66 | ТТК-430    |                |                     |
| Итого за Уплотненный полдник                                     | 396          | 7,03                 | 8,1   | 34,55  | 297,31                               | 0,21          | 8,97  | 70,67               | 34,61                     | 253,57 | 38,67  | 1,54 |            |                |                     |
| Итого за день                                                    |              | 31,93                | 37,08 | 169,01 | 1211,5                               | 0,56          | 33,76 | 523,65              | 243,63                    | 623,16 | 148,99 | 9,74 |            |                |                     |

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 17

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |                     | Минеральные вещества (мг) |        |       |      |            | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |
|-------------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|-------|---------------------|---------------------------|--------|-------|------|------------|----------------|---------------------|
|                                                                   |              | Б                    | Ж     | У      |                                      | В1            | С     | А (рег.<br>экв/сут) | Са                        | Р      | Mg    | Fe   |            |                |                     |
|                                                                   |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| Завтрак                                                           |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара) | 150          | 4,83                 | 1,17  | 25,67  | 135                                  | 0,16          | 0     | 0                   | 7,33                      | 19,17  | 73,33 | 1,92 | ТТК-189,04 |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1  |                |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                     | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6   | 0,66 | ТТК-430    |                |                     |
| ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ                                                    | 100          | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47                                   | 0,03          | 10    |                     | 16                        | 11     | 9     | 2,2  | 338        | 2017           |                     |
| Итого за Завтрак                                                  | 446          | 6,75                 | 1,83  | 62,96  | 300,37                               | 0,29          | 10,04 | 60,27               | 38,87                     | 65,87  | 98,73 | 5,36 |            |                |                     |
| Завтрак II                                                        |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                               | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8   | 0,36 | ТТК-405,01 |                |                     |
| Итого за Завтрак II                                               | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8   | 0,36 |            |                |                     |
| Обед                                                              |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                           | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                                | 0             | 3,6   |                     | 8,4                       | 15,2   | 5,2   | 0,28 | ТТК-19     |                |                     |
| ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ            | 150/10       | 3,88                 | 5,22  | 5,15   | 82,99                                | 0,04          | 1,38  | 4,8                 | 27,75                     | 55,45  | 16,6  | 0,86 | ТТК-73,02  |                |                     |
| ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01)                          | 60           | 6,72                 | 6,24  | 0,48   | 110,4                                | 0,05          |       |                     | 12                        | 132    | 16,8  | 2,16 | ТТК-68,01  |                |                     |
| ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ                                                    | 110          | 1,47                 | 4,18  | 8,87   | 80,08                                | 0,1           | 15,5  | 132                 | 63,07                     | 68     | 15,8  | 1,6  | ТТК-338,1  |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1  |                |                     |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                                          | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                                | 0             | 1,35  | 0                   | 13,77                     | 5,22   | 4,86  | 0,54 | ТТК-394,02 |                |                     |
| Итого за Обед                                                     | 566          | 13,64                | 16,93 | 43,79  | 408,45                               | 0,29          | 21,83 | 196,8               | 136,03                    | 304,37 | 72,06 | 6,02 |            |                |                     |
| Уплотненный полдник                                               |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |      |            |                |                     |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ                     | 40           | 0,53                 | 1,4   | 2,8    | 20,73                                | 0,01          | 15,47 | 2,2                 | 14,87                     | 13,47  | 5,81  | 0,23 | ТТК-981,04 |                |                     |
| ТУШЕНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ                                              | 60           | 13,63                | 9,3   | 5,24   | 250                                  | 0,05          | 1,11  | 30                  | 37,2                      | 163,7  | 34,8  | 1,58 | ТТК-277,07 |                |                     |
| МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ                                   | 110          | 3,89                 | 3,08  | 19,29  | 140,07                               | 0,04          | 0     | 22                  | 6,6                       | 26,4   | 4,4   | 0,51 | ТТК-209,02 |                |                     |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                              | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1  |                |                     |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                     | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6   | 0,66 | ТТК-430    |                |                     |
| Итого за Уплотненный полдник                                      | 406          | 19,57                | 14,04 | 54,82  | 529,17                               | 0,2           | 16,62 | 114,47              | 74,21                     | 239,27 | 61,41 | 3,56 |            |                |                     |
| Итого за день                                                     |              | 40,05                | 32,89 | 184,25 | 1343,29                              | 0,79          | 50,29 | 371,54              | 255,41                    | 614,91 | 234   | 15,3 |            |                |                     |

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТ 1-3 ГОДА

День: 18

Возраст: 1-3 года

| Прием пищи, наименование блюда                                | Масса порции | Пищевые вещества (г) |      |       | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |      |                  | Минеральные вещества (мг) |       |       |      | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------------------------------------|--------------|----------------------|------|-------|--------------------------------|---------------|------|------------------|---------------------------|-------|-------|------|-------------|------------------|
|                                                               |              | Б                    | Ж    | У     |                                | В1            | С    | А (рет. экв/сут) | Са                        | Р     | Mg    | Fe   |             |                  |
|                                                               |              |                      |      |       |                                |               |      |                  |                           |       |       |      |             |                  |
| Завтрак                                                       |              |                      |      |       |                                |               |      |                  |                           |       |       |      |             |                  |
| КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА "ДРУЖБА" (на воде с маслом растительным) | 150          | 4,8                  | 2,85 | 46,5  | 230,85                         | 0,03          | 0    | 90               | 0                         | 1,89  | 0,06  | 0    | ТТК-190     |                  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                          | 16           | 1,25                 | 0,18 | 13,27 | 59,68                          | 0,1           | 0    | 60               | 11,04                     | 28,5  | 12,8  | 0,58 | ТТК-639,1   |                  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                                 | 180          | 0,27                 | 0,08 | 14,22 | 58,69                          |               | 0,04 | 0,27             | 4,5                       | 7,2   | 3,6   | 0,66 | ТТК-430     |                  |
| Итого за Завтрак                                              | 346          | 6,32                 | 3,11 | 73,99 | 349,22                         | 0,13          | 0,04 | 150,27           | 15,54                     | 37,59 | 16,46 | 1,24 |             |                  |
| Завтрак II                                                    |              |                      |      |       |                                |               |      |                  |                           |       |       |      |             |                  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                           | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                          | 0,01          | 1,8  | 0                | 6,3                       | 5,4   | 1,8   | 0,36 | ТТК-405,01  |                  |
| Итого за Завтрак II                                           | 180          | 0,09                 | 0,09 | 22,68 | 105,3                          | 0,01          | 1,8  | 0                | 6,3                       | 5,4   | 1,8   | 0,36 |             |                  |

| Обед                                              |        |       |       |        |         |      |       |        |        |        |        |       |            |          |  |
|---------------------------------------------------|--------|-------|-------|--------|---------|------|-------|--------|--------|--------|--------|-------|------------|----------|--|
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                  | 40     | 0,33  | 0,07  | 1      | 5,67    | 0,01 | 4     | 4      | 9,33   | 16,67  | 5,6    | 0,24  | 54-23      | РПН 2022 |  |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ С ОТВАРНОЙ ИНДЕЙКОЙ | 150/10 | 5,02  | 2,78  | 12,08  | 139,2   | 0,07 | 6,4   | 16     | 19,6   | 60     | 18,2   | 0,38  | ТТК-100,05 |          |  |
| КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ФИЛЕ ИНДЕЙКИ         | 160    | 13,33 | 10,03 | 11,09  | 103,89  | 0,03 | 0     | 32     | 25,07  | 83,2   | 27,73  | 0,64  | ТТК-536,02 |          |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                              | 16     | 1,25  | 0,18  | 13,27  | 59,68   | 0,1  | 0     | 60     | 11,04  | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1  |          |  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                          | 180    | 0,03  | 0,09  | 13,86  | 56,36   | 0    | 1,35  | 0      | 13,77  | 5,22   | 4,86   | 0,54  | ТТК-394,02 |          |  |
| Итого за Обед                                     | 556    | 19,96 | 13,15 | 51,3   | 364,8   | 0,21 | 11,75 | 112    | 78,81  | 193,59 | 69,19  | 2,38  |            |          |  |
| Уплотненный полдник                               |        |       |       |        |         |      |       |        |        |        |        |       |            |          |  |
| ТЕФТЕЛИ (2-й ВАРИАНТ)                             | 60     | 9,5   | 10,4  | 6,8    | 159     | 0,04 | 2     | 10,36  | 0      | 28,97  | 40,88  | 17,23 | 1          | ТТК-284  |  |
| РАГУ ОВОЩНОЕ                                      | 110    | 3,21  | 4,77  | 7,52   | 78,47   | 0,09 | 10,36 | 0      | 28,97  | 40,88  | 17,23  | 0,92  | ТТК-142,08 |          |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                              | 16     | 1,25  | 0,18  | 13,27  | 59,68   | 0,1  | 0     | 60     | 11,04  | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1  |          |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                     | 180    | 0,27  | 0,08  | 14,22  | 58,69   |      | 0,04  | 0,27   | 4,5    | 7,2    | 3,6    | 0,66  | ТТК-430    |          |  |
| ГРУША ЗЕЛЕНАЯ                                     | 100    | 0,4   | 0,3   | 10,3   | 47      | 0,02 | 5     | 0      | 19     | 16     | 12     | 2,3   | 338        | 2017     |  |
| Итого за Уплотненный полдник                      | 466    | 14,63 | 15,73 | 52,11  | 402,84  | 0,25 | 17,4  | 60,27  | 72,51  | 174,58 | 57,63  | 5,46  |            |          |  |
| Итого за день                                     |        | 41    | 32,08 | 200,08 | 1222,16 | 0,6  | 30,99 | 322,54 | 173,16 | 411,16 | 145,08 | 9,44  |            |          |  |

Возраст: 1-3 года

День: 19

Рацион: АТОПИЧЕСКИЙ ДЕРМАТИТИС 1-3 ГОДА

| Прием пищи, наименование блюда                         | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |                     | Минеральные вещества (мг) |        |       |       | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |  |
|--------------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|-------|---------------------|---------------------------|--------|-------|-------|----------------|---------------------|--|
|                                                        |              | Б                    | Ж     | У      |                                      | В1            | С     | А (рет.<br>экв/сут) | Ca                        | P      | Mg    | Fe    |                |                     |  |
|                                                        |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |       |                |                     |  |
| Завтрак                                                |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |       |                |                     |  |
| КАША КУКУРУЗНАЯ НА ВОДЕ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ          | 150          | 3,92                 | 5,25  | 21,42  | 149,17                               | 0,05          | 0,83  | 41,67               | 90                        | 84,17  | 16,67 | 1,67  | ТТК-189        |                     |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                   | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                          | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6   | 0,66  | ТТК-430        |                     |  |
| ЯБЛОКО ЗЕЛЕНОЕ                                         | 100          | 0,4                  | 0,4   | 9,8    | 47                                   | 0,03          | 10    |                     | 16                        | 11     | 9     | 2,2   | 338            | 2017                |  |
| Итого за Завтрак                                       | 446          | 5,84                 | 5,91  | 58,71  | 314,54                               | 0,18          | 10,87 | 101,94              | 121,54                    | 130,87 | 42,07 | 5,11  |                |                     |  |
| Завтрак II                                             |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |       |                |                     |  |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                    | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8   | 0,36  | ТТК-405,01     |                     |  |
| Итого за Завтрак II                                    | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8   | 0,36  |                |                     |  |
| Обед                                                   |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |       |                |                     |  |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                                | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                                | 0             | 3,6   |                     | 8,4                       | 15,2   | 5,2   | 0,28  | ТТК-19         |                     |  |
| СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ФРИКАДЕЛЬКАМИ                          | 150/40       | 6,28                 | 6,68  | 6,44   | 128,2                                | 0,08          | 6,6   | 132                 | 26                        | 119,8  | 24,4  | 1,92  | ТТК-95,07      |                     |  |
| ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ (без моркови/специй) | 160          | 10,33                | 13,17 | 27,89  | 271,36                               | 0,02          | 1,83  | 91,43               | 38,4                      | 55,77  | 3,11  | 0,46  | ТТК-308,09     |                     |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                   | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |  |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                               | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                                | 0             | 1,35  | 0                   | 13,77                     | 5,22   | 4,86  | 0,54  | ТТК-394,02     |                     |  |
| Итого за Обед                                          | 586          | 18,18                | 21,14 | 63,62  | 534,54                               | 0,2           | 13,38 | 283,43              | 97,61                     | 224,49 | 50,37 | 3,78  |                |                     |  |
| Уплотненный полдник                                    |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |       |       |                |                     |  |
| ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ                                       | 40           | 0,33                 | 0,07  | 1      | 5,67                                 | 0,01          | 4     | 4                   | 9,33                      | 16,67  | 5,6   | 0,24  | 54-23          | РПН 2022            |  |
| ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ГОВЯДИНОЙ                            | 160          | 9,69                 | 10,31 | 27,73  | 242,49                               | 0,06          | 13,69 | 42,67               | 60,8                      | 78,58  | 1,76  | 1,6   | ТТК-306        |                     |  |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                   | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8  | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |  |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                          | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6   | 0,66  | ТТК-430        |                     |  |
| Итого за Уплотненный полдник                           | 396          | 11,54                | 10,64 | 56,22  | 366,53                               | 0,17          | 17,73 | 106,94              | 85,67                     | 130,95 | 23,76 | 3,08  |                |                     |  |
| Итого за день                                          |              | 35,65                | 37,78 | 201,23 | 1320,91                              | 0,56          | 43,78 | 492,31              | 311,12                    | 491,71 | 118   | 12,33 |                |                     |  |

| Прием пищи, наименование блюда                      | Масса порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энергетическая<br>ценность<br>(ккал) | Витамины (мг) |       |                     | Минеральные вещества (мг) |        |        |       | №<br>рецептуры | Сборник<br>рецептур |      |
|-----------------------------------------------------|--------------|----------------------|-------|--------|--------------------------------------|---------------|-------|---------------------|---------------------------|--------|--------|-------|----------------|---------------------|------|
|                                                     |              | Б                    | Ж     | У      |                                      | В1            | С     | А (рет.<br>экв/сут) | Ca                        | P      | Mg     | Fe    |                |                     |      |
|                                                     |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |      |
| Завтрак                                             |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |      |
| КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом растительным) | 150          | 5,6                  | 2,9   | 24,4   | 146                                  | 0,14          | 1     |                     | 102                       | 137    | 35     | 2     | ТТК-189,2      |                     |      |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66  | ТТК-430        |                     |      |
| ГРУША ЗЕЛЕНАЯ                                       | 100          | 0,4                  | 0,3   | 10,3   | 47                                   | 0,02          | 5     | 0                   | 19                        | 16     | 12     | 2,3   | 338            |                     | 2017 |
| Итого за Завтрак                                    | 446          | 7,52                 | 3,46  | 62,19  | 311,37                               | 0,26          | 6,04  | 60,27               | 136,54                    | 188,7  | 63,4   | 5,54  |                |                     |      |
| Завтрак II                                          |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |      |
| КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК И ГРУШ (без сахара)                 | 180          | 0,09                 |       | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36  | ТТК-405,01     |                     |      |
| Итого за Завтрак II                                 | 180          | 0,09                 | 0,09  | 22,68  | 105,3                                | 0,01          | 1,8   | 0                   | 6,3                       | 5,4    | 1,8    | 0,36  |                |                     |      |
| Обед                                                |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |      |
| САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ     | 40           | 0,53                 | 1,4   | 2,8    | 20,73                                | 0,01          | 15,47 | 2,2                 | 14,87                     | 13,47  | 5,81   | 0,23  | ТТК-981,04     |                     |      |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ТЕФТЕЛИ (2-Й ВАРИАНТ)   | 150/10       | 4,84                 | 2,82  | 11,6   | 91,2                                 | 0,08          | 8,8   | 130                 | 20,8                      | 68,4   | 22,4   | 0,92  | ТТК-92,02      |                     |      |
| РИС ОТВАРНОЙ                                        | 110          | 2,71                 | 4,62  | 24,05  | 148,87                               | 0,01          | 0     | 36,67               | 2,2                       | 44,73  | 13,93  | 0,44  | ТТК-325,06     |                     |      |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |      |
| КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ                            | 180          | 0,03                 | 0,09  | 13,86  | 56,36                                | 0             | 1,35  | 0                   | 13,77                     | 5,22   | 4,86   | 0,54  | ТТК-394,02     |                     |      |
| Итого за Обед                                       | 566          | 18,86                | 19,51 | 72,38  | 535,84                               | 0,24          | 27,62 | 228,87              | 71,68                     | 242,32 | 71,8   | 3,71  |                |                     |      |
| Уплотненный полдник                                 |              |                      |       |        |                                      |               |       |                     |                           |        |        |       |                |                     |      |
| САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ                             | 40           | 0,29                 | 1,02  | 2,16   | 18,94                                | 0             | 3,6   |                     | 8,4                       | 15,2   | 5,2    | 0,28  | ТТК-19         |                     |      |
| ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ИНДЕЙКИ (ТТК-325,05)                 | 60           | 9,85                 | 4,96  | 5,28   | 105                                  | 0,04          | 0     | 4                   | 10,4                      | 99,8   | 14,3   | 1     | ТТК-325,05     |                     |      |
| КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ                                   | 110          | 4,28                 | 6,27  | 18,17  | 146,23                               | 0,05          | 0,44  | 29,33               | 42,9                      | 27,87  | 1,65   | 0,22  | ТТК-133,03     |                     |      |
| ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ                                | 16           | 1,25                 | 0,18  | 13,27  | 59,68                                | 0,1           | 0     | 60                  | 11,04                     | 28,5   | 12,8   | 0,58  | ТТК-639,1      |                     |      |
| ЧАЙ С САХАРОМ                                       | 180          | 0,27                 | 0,08  | 14,22  | 58,69                                |               | 0,04  | 0,27                | 4,5                       | 7,2    | 3,6    | 0,66  | ТТК-430        |                     |      |
| Итого за Уплотненный полдник                        | 406          | 15,94                | 12,51 | 53,1   | 388,54                               | 0,19          | 4,08  | 93,6                | 77,24                     | 178,57 | 37,55  | 2,74  |                |                     |      |
| Итого за день                                       |              | 42,41                | 35,57 | 210,35 | 1341,05                              | 0,7           | 39,54 | 382,74              | 291,76                    | 614,99 | 174,55 | 12,35 |                |                     |      |

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

| Итого                                                                    | Пищевые вещества (г) |        |         | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины (мг) |       |                  | Минеральные вещества (мг) |          |         |        |
|--------------------------------------------------------------------------|----------------------|--------|---------|--------------------------------|---------------|-------|------------------|---------------------------|----------|---------|--------|
|                                                                          | Б                    | Ж      | У       |                                | В1            | С     | А (рет. экв/сут) | Ca                        | P        | Mg      | Fe     |
| Итого за период                                                          | 823,5                | 769,27 | 3908,24 | 26960,56                       | 13,15         | 798,9 | 10055,3          | 5280,53                   | 11984,51 | 3406,41 | 248,73 |
| Среднее значение за период                                               | 41,18                | 38,46  | 195,41  | 1348,03                        | 0,66          | 39,95 | 502,77           | 264,03                    | 599,23   | 170,32  | 12,44  |
| Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности | 12                   | 26     | 58      |                                |               |       |                  |                           |          |         |        |
| Сбалансированность                                                       | 1                    | 1      | 4       |                                |               |       |                  |                           |          |         |        |

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

| Возраст детей | Уплотненный полдник | Обед | Завтрак II | Завтрак |
|---------------|---------------------|------|------------|---------|
| 1-3 года      | 424                 | 565  | 180        | 411     |

ПРИ СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ ИСПОЛЬЗОВАЛАСЬ СЛЕДУЮЩАЯ ЛИТЕРАТУРА :

- 1. Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. - Москва.: Дели плюс, 2017. - 544 с.
- 2. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4 классов в общеобразовательных организациях: Пособие. - М.: Федеральный центр гигиены и эпидемиологии Роспотребнадзора, 2022.-275с.

Допускается замена одного вида пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий на иные виды пищевой продукции, блюд и кулинарных изделий в соответствии с таблицей замены пищевой продукции с учетом её пищевой ценности ( СанПИН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4.)

Для предотвращения размножения патогенных микроорганизмов готовые блюда должны быть реализованы не позднее 2 часов с момента изготовления (СанПИН 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.2.8)

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 181713744333387461230331213761435072100037620599  
Владелец Ковальская Инна Валерьевна  
Действителен с 10.09.2024 по 10.09.2025