

УТВЕРЖДАЮ

Согласовано
Заведующая МАДОУ №39

ООО «КОМБИНАТ ПИТАНИЯ»



Багаутдинов С.Б.



Кириянова С.В.

Примерное 2-х недельное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд для\ организации питания детей в детских
дошкольных учреждениях г.Белебей.
(множественная пищевая непереносимость)

**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ И ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ
ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД
(2-х недельное)**

Рацион: **Множественная пищевая непереносимость**
Категория: **сад 12ч**

День 1

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДД**073	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	160	7,02	7,02	28,88	208		0,17	0,39			95,5317	85,0732		2,6615			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	390	10,12	7,32	45,68	291		0,17	0,39			96,5717	85,2832		2,7095			
	2 Второй завтрак																	
ДП00340	Яблоки	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в 2 Второй завтрак	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Обед																	
ДЕ00288	Суп картофель.с макаронными изделиями	180	1,94	1,8	13,54	70		0,06	4,75			9,6336	15,0624		0,6192			
ДС00132	Котлеты (говядина)	50	8	7	8,4	129		0,04	0,05			20,85	15,79		0,74			
Дк00203	Рагу из овощей	130	2,66	6,17	23,01	126		0,06	6,43			28,9445	27,6315		0,9295			
ДД***01	Компот из смеси сухофр.б/с	180	0,44	0,09	12,96	49		0,01	0,12			22,617	14,301		0,468			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
ДС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81		0,03	0,19			5,635	4,94		0,32			
	Всего в Обед	580	17,39	16,81	84,72	510		0,2	11,54			88,2001	77,8649		3,0887			
	Полдник																	
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ЯУ12028	Булочка "Веснушка"	50	3,9	2,7	26,8	149		0,04				8,08	5,59		0,45			
	Всего в Полдник	250	4	2,7	26,8	149		0,04				8,34	5,59		0,48			
	Ужин																	
СД07032	Каша рисовая вязкая без молока с раст.маслом (б/сах)	200	2,06	4,31	21,09	132		0,06	0,49			113,8341	32,5268		0,5268			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Ужин	430	5,16	4,61	37,89	215		0,06	0,49			114,8741	32,7368		0,5748			

Всего в день	36,97	31,44	208,89	1 233		0,5	22,42			523,9859	210,4749	11	9,053			
--------------	-------	-------	--------	-------	--	-----	-------	--	--	----------	----------	----	-------	--	--	--

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДДП0008	Каша молочная "Дружба"вязкая без молока с раст.маслом (б/сах)	190	2,59	6,53	18,51	203		0,11	0,48			114,5078	33,3961		0,7208			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	420	5,69	6,83	35,31	286		0,11	0,48			115,5478	33,6061		0,7688			
	2 Второй завтрак																	
ДД***01	Компот из смеси сухофр.б/с	180	0,44	0,09	12,96	49		0,01	0,12			22,617	14,301		0,468			
	Всего в 2 Второй завтрак	180	0,44	0,09	12,96	49		0,01	0,12			22,617	14,301		0,468			
	Обед																	
ДП*0056	икра морковная	50	1,08	3,58	5,08	57		0,02	2,57			13,9333	19,2167		0,5417			
ДП00310	Суп-лапша домашняя	200	6,4	8,4	19,2	110		0,02	0,48			9,29	5,75		0,33			
Шк05006	Куры отварные (н/к)	70	17,27	15,87	0,23	146		0,07	1,09			24,2433	25,0833		2,3683			
ДД00110	Каша ячневая рассыпчатая с раст. маслом	130	5,14	6,88	32,4	102		0,16	8,89			94,2815	60,8065		1,6355			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
ДС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81		0,03	0,19			5,635	4,94		0,32			
	Всего в Обед	690	34,34	36,48	83,72	551		0,3	13,22			148,1631	115,9365		5,2375			
	Полдник																	
ДН00177	Печенье "Сказка"	15	3,2	2,4	1,6	10	10 500	0,09				4,4	3	13,5	2,3			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
	Всего в Полдник	215	3,3	2,4	1,6	10	10 500	0,09				4,66	3	13,5	2,33			
	Ужин																	
ДП0144А	Макаронные изделия отварные с раст. маслом	120/4	4,3	3,4	26,7	157		0,05				7,44	5,85		0,59			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДС00005	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	114						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Ужин	354	7,4	3,7	43,5	271		0,05				8,48	6,06		0,638			
	Всего в день		51,17	49,5	177,09	1 167	10 500	0,56	13,82			299,4679	172,9036	13,5	9,4423			

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДД20016	Каша пшеничная рассыпчатая с раст.маслом	180/5	8	6,9	47	255		0,18				27,96	40,22		3,02			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	415	11,1	7,2	63,8	338		0,18				29	40,43		3,068			
	2 Второй завтрак																	
ДП00340	Яблоки	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в 2 Второй завтрак	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Обед																	
ЯУ0103*	Икра свекольная	60	0,77	3,35	16,4	65		0,02	2,01			17,7	12,225		0,72			
ДП00207	Рассольник ленинградский (без смет)	180	10,08	10,68	23,76	246		0,06	4,82			11,22	16,212		0,612			
ДП0190А	Тефтели из говядины б/соуса	50	3,63	6,13	7,13	103		0,01	0,88		0,75				1,5			
ДП0065А	Картофель отварной с раст.маслом	150/3	3	3,3	22,5	134		0,13	6,2			14,3	32		1,26			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
ДС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81		0,03	0,19			5,635	4,94		0,32			
	Всего в Обед	683	21,93	25,21	96,6	684		0,25	14,1		0,75	49,635	65,517		4,454			
	Полдник																	
СУ12006	Пирожки печеные с яблоками	70	4,2	3,7	30,7	235		0,04				8,75	5,22		0,47			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
	Всего в Полдник	270	4,3	3,7	30,7	235		0,04				9,01	5,22		0,5			
	Ужин																	
ДД**073	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	160	7,02	7,02	28,88	208		0,17	0,39			95,5317	85,0732		2,6615			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Ужин	390	10,12	7,32	45,68	291		0,17	0,39			96,5717	85,2832		2,7095			
	Всего в день		47,75	43,43	250,58	1 616		0,67	24,49		0,75	200,2167	205,4502	11	12,9315			

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДП097СА	Каша пшенная жидкая без молока с раст.маслом	150/4	5,6	6,6	26,4	187		0,13	0,4			96,9	33,7		0,88			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	384	8,7	6,9	43,2	270		0,13	0,4			97,94	33,91		0,928			
	2 Второй завтрак																	
ДП00340	Яблоки	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в 2 Второй завтрак	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Обед																	
ДП00263	Свекольник(без смет)	200	4,5	8,5	19,4	102		0,04	3,86			22,97	19,87		0,97			
Дк00280	Азу с картофелем	160	12,8	14,93	21,33	268		0,18	25,98		862,7307	24,4373	43,584	174,1227	2,72			
ДД01633	Напиток яблочный без сахара	180	0,18	0,1	3,93	17		0,05	11,23			67,815	46,242		0,972			
Пд00024	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	4,7	3,1	28,4	102		0,06	0,39			11,27	9,88		0,64			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
	Всего в Обед	600	24,18	26,83	85,67	544		0,33	41,46		862,7307	127,0123	119,716	174,1227	5,314			
	Полдник																	
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДД**016	Блины без масла	70	4,94	8,33	21,74	183		0,06	0,25			59,4666	10,3934		0,4667			
	Всего в Полдник	270	5,04	8,33	21,74	183		0,06	0,25			59,7266	10,3934		0,4967			
	Ужин																	
ДД**073	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	160	7,02	7,02	28,88	208		0,17	0,39			95,5317	85,0732		2,6615			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
Пд00024	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	4,7	3,1	28,4	102		0,06	0,39			11,27	9,88		0,64			
	Всего в Ужин	400	11,82	10,12	57,28	310		0,23	0,78			107,0617	94,9532		3,3315			
	Всего в день		50,04	52,18	221,69	1 375		0,78	52,89		862,7307	407,7406	267,9726	185,1227	12,2702			

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДС00103	Каша овсяная молочная жидкая без молока с раст. маслом (б/сах)	180	6,52	8,66	27,54	215		0,18	0,45			122,6919	49,3297		1,4011			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	410	9,62	8,96	44,34	298		0,18	0,45			123,7319	49,5397		1,4491			
	2 Второй завтрак																	
ДС00340	Яблоки	100	0,2		4,2	88		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в 2 Второй завтрак	100	0,2		4,2	88		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Обед																	
ДЕ102**	Салат из свеклы с растительным маслом	50	1	2,67	4,58	42		0,01	0,93			17,2	9,3333		0,6			
ДД*276*	Суп из овощей без сметаны	180	1,88	4,25	10,75	175		0,07	8,52			21,925	20,5		0,7625			
ДП*0170	Куриное филе, тушеное с овощами	90	10,32	8,77	22,99	340		0,05	0,52			216			0,945			
ДЕ*0013	Рис припущенный	130	1,04	2,89	12,02	77	10 400	0,01				4,0473	1,7333	7,28	0,1387			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81		0,03	0,19			5,635	4,94		0,32			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
	Всего в Обед	690	18,69	20,33	77,15	770	10 400	0,17	10,16			265,5873	36,6466	7,28	2,8082			
	Полдник																	
ДН00177	Печенье "Сказка"	15	3,2	2,4	1,6	10	10 500	0,09				4,4	3	13,5	2,3			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
	Всего в Полдник	215	3,3	2,4	1,6	10	10 500	0,09				4,66	3	13,5	2,33			
	Ужин																	
ДП0065А	Картофель отварной с раст.маслом	150/3	3	3,3	22,5	134		0,13	6,2			14,3	32		1,26			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Ужин	383	6,1	3,6	39,3	217		0,13	6,2			15,34	32,21		1,308			
	Всего в день		37,91	35,29	166,59	1 383	20 900	0,6	26,81			425,3192	130,3963	31,78	10,0953			

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДП0144А	Макаронные изделия отварные с раст. маслом	120/4	4,3	3,4	26,7	157		0,05				7,44	5,85		0,59			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	354	7,4	3,7	43,5	240		0,05				8,48	6,06		0,638			
	2 Второй завтрак																	
ДП00340	Яблоки	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в 2 Второй завтрак	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Обед																	
Дк00250	Салат луковый	50	0,62	4,5	3,5	57		0,02	1,44			12,9625	5,7875		0,325			
ДЕ*0027	Суп картофел.с бобов	180	2,64	1,56	13,44	101		0,16	3,31			22,392	27		1,596			
ДС*0043	Жаркое по-домашнему с филе кур	150	4,25	3,75	1,5	246		0,06	1,46			18,7667	20,15		1,7917			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
ДС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81		0,03	0,19			5,635	4,94		0,32			
	Всего в Обед	620	11,96	11,56	45,25	540		0,27	6,4			60,5362	58,0175		4,0747			
	Полдник																	
ДЕ01977	Плюшка"Новомосковская"	50	1,6	1,05	25,5	146		0,05	0,02			11,845	5,55		0,42			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
	Всего в Полдник	250	1,7	1,05	25,5	146		0,05	0,02			12,105	5,55		0,45			
	Ужин																	
СД07032	Каша рисовая вязкая без молока с раст.маслом (б/сах)	200	2,06	4,31	21,09	132		0,06	0,49			113,8341	32,5268		0,5268			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Ужин	430	5,16	4,61	37,89	215		0,06	0,49			114,8741	32,7368		0,5748			
	Всего в день		26,52	20,92	165,94	1 209		0,46	16,91			211,9953	111,3643	11	7,9375			

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДД20016	Каша пшеничная рассыпчатая с раст.маслом	180/5	8	6,9	47	255		0,18				27,96	40,22		3,02			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	415	11,1	7,2	63,8	338		0,18				29	40,43		3,068			
	2 Второй завтрак																	
ДД***01	Компот из смеси сухофр.б/с	180	0,44	0,09	12,96	49		0,01	0,12			22,617	14,301		0,468			
	Всего в 2 Второй завтрак	180	0,44	0,09	12,96	49		0,01	0,12			22,617	14,301		0,468			
	Обед																	
ДП00154	Морковь отварная	50	0,59	0,05	2,84	15		0,04	0,52			12,25	17,2417		0,3167			
ДП00284	Суп картофел.с крупой гречневой	200	1,6	1,5	16,5	164		0,05	4,2			9,48	14,4		0,55			
ДС*0194	Плов из курицы(филе курицы)	180	17,1	21,4	28,4	291		0,14	2,09			39,34	64,6		3,54			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
ПС00024	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	40	4,7	3,1	28,4	162		0,06	0,39			11,27	9,88		0,64			
	Всего в Обед	690	26,09	26,25	88,75	687		0,29	7,2			73,12	106,2617		5,0887			
	Полдник																	
ДН00177	Печенье "Сказка"	15	3,2	2,4	1,6	10	10 500	0,09				4,4	3	13,5	2,3			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
	Всего в Полдник	215	3,3	2,4	1,6	10	10 500	0,09				4,66	3	13,5	2,33			
	Ужин																	
ДП*0170	Куриное филе, тушеное с овощами	30/60	10,32	8,77	22,99	340		0,05	0,52			216			0,945			
ДП0065A	Картофель отварной с раст.маслом	150/3	3	3,3	22,5	134		0,13	6,2			14,3	32		1,26			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Ужин	473	16,42	12,37	62,29	557		0,18	6,72			231,34	32,21		2,253			
	Всего в день		57,35	48,31	229,4	1 641	10 500	0,75	14,04			360,737	196,2027	13,5	13,2077			

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
ДДП0008	Каша молочная "Дружба" вязкая без молока с раст.маслом (б/сах)	190	2,59	6,53	18,51	203		0,11	0,48			114,5078	33,3961		0,7208			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	420	5,69	6,83	35,31	286		0,11	0,48			115,5478	33,6061		0,7688			
	2 Второй завтрак																	
ДП00340	Яблоки	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в 2 Второй завтрак	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Обед																	
ДЕ*0028	Винегрет овощной	50	0,67	1,17	3,58	67		0,02	2,59			11,6167	8,0833		0,3417			
Шв02002	Щи из свежей капусты с картофелем(без сметаны)	200	3,05	7,25	15,37	91		0,04	9,6			25,456	15,272		0,56			
ДП00038	Гуляш из курицы(филе)	50/25	8,2	12,76	19,5	205		0,09	10,52			34,6	41,35		2,54			
ДП0144А	Макаронные изделия отварные с раст. маслом	120/4	4,3	3,4	26,7	157		0,05				7,44	5,85		0,59			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
ДС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81		0,03	0,19			5,635	4,94		0,32			
	Всего в Обед	689	20,67	26,33	91,96	656		0,23	22,9			85,5277	75,6353		4,3937			
	Полдник																	
ДН00177	Печенье "Сказка"	15	3,2	2,4	1,6	10	10 500	0,09				4,4	3	13,5	2,3			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
	Всего в Полдник	215	3,3	2,4	1,6	10	10 500	0,09				4,66	3	13,5	2,33			
	Ужин																	
ДД**073	Каша гречневая вязкая с маслом растительным	160	7,02	7,02	28,88	208		0,17	0,39			95,5317	85,0732		2,6615			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Ужин	390	10,12	7,32	45,68	291		0,17	0,39			96,5717	85,2832		2,7095			
	Всего в день		40,08	42,88	188,35	1 311	10 500	0,63	33,77			318,3072	206,5246	24,5	12,402			

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	Д	К	Са	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	13	12	14	13	15	18	19	20
	Завтрак 1																	
СД07032	Каша рисовая вязкая без молока с раст.маслом (б/сах)	200	2,06	4,31	21,09	132		0,06	0,49			113,8341	32,5268		0,5268			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Завтрак 1	430	5,16	4,61	37,89	215		0,06	0,49			114,8741	32,7368		0,5748			
	2 Второй завтрак																	
ДП00340	Яблоки	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Всего в 2 Второй завтрак	100	0,3		13,8	68		0,03	10			16	9	11	2,2			
	Обед																	
Шк010**	Салат Пестрый	50	2,91	5,41	8,16	95		0,01	1,86			12,775	7,425		0,6666			
ДП0038*	Суп картофельный с клецками	180	1,17	1,8	7,92	53		0,04	3,31			7,767	10,872		0,423			
Дсс*012	Котлеты рублен.из филе кур	50	5,38	6,13	9,69	198		0,04	0,44			15,16	15,68		1,48			
ДП0201А	Пюре гороховое	155	14,6	5,1	33,1	240		0,4				78,2	72,2		4,6			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДС**000	Хлеб ржано-пшеничный витаминизированный	20	2,35	1,55	14,2	81		0,03	0,19			5,635	4,94		0,32			
ДС000**	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	2	0,2	12,61	55						0,52	0,14		0,012			
	Всего в Обед	675	28,51	20,19	85,68	722		0,52	5,8			120,317	111,257		7,5316			
	Полдник																	
ЯУ12023	Шанежка наливная	60	8	8,7	24,1	232		0,04				8,33	5,25		0,44			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
	Всего в Полдник	260	8,1	8,7	24,1	232		0,04				8,59	5,25		0,47			
	Ужин																	
ДП0203А	Рагу из овощей	200	4,1	9,5	35,4	244		0,1	9,9			44,53	42,51		1,43			
СД13/04	Чай без сахара	200	0,1									0,26			0,03			
ДП000*1	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	3	0,3	16,8	83						0,78	0,21		0,018			
	Всего в Ужин	430	7,2	9,8	52,2	327		0,1	9,9			45,57	42,72		1,478			
	Всего в день		49,27	43,3	213,67	1 564		0,75	26,19			305,3511	200,9638	11	12,2544			

Категория: **сад 12ч**

Стр: 11

Дата: 07.04.2026

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
БАШКОРТОСТАН РЕСПУБЛИКАСЫ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ КОЖЕВЕННОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЗДРАВООХРАНЕНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БАШКОРТОСТАН
БЕЛЕБЕВСКАЯ ЦЕНТРАЛЬНАЯ
РАЙОННАЯ БОЛЬНИЦА

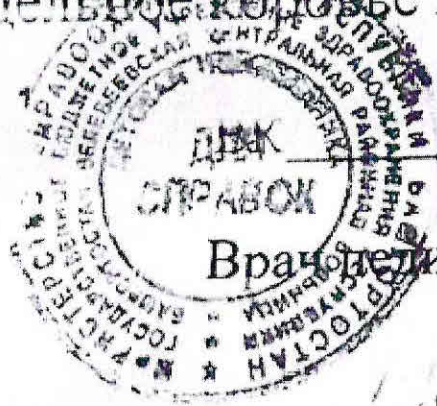
Справка *БЗ04*

Данная справка выдана Алине Андреевне Ильинична
ИНН 0255006124

Дата рождения: 19.10.2022 г.р.

в том, что он(а) состоит на диспансерном учёте у аллерголога
с атопическим дерматитом. Детская форма. Пищевая аллергия. Аллергический ринит.
прогрессирующий.

Рекомендовано: Гипоаллергенный быт. Гипоаллергенная диета. Исключить
кофе, какао, мед, грибы, орехи, шоколад, цитрусовые. Сладости, яйцо,
цельное коровье молоко, мучное ограничить, рыба.



Врач-педиатр участковый: Хайруллина Е.А.