

100-600

УТВЕРЖДАЮ

Индивидуальный предприниматель  
Ефимова Е.В. (подпись)  
(Ф.И.О.)



Директор М.С. Штокова

Меню предлагаемых блюд для определенной группы аллергиков.

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1.							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из гречневой крупы (с маслом и сахаром)	220	9,17	11,95	45,23	323,31	183
	Сыр (порциками) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15
	Чай (порциками)	215	0,11	0,00	15,01	57,83	376
	Чай без сахара	465	16,24	20,80	60,24	490,34	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		465	16,24	20,80	60,24	490,34	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:							
День 2.							
ЗАВТРАК	Пюре картофельное	150	3,29	4,46	22,05	141,96	312
	Котлеты рубленные из птицы (с соусом)	100	11,54	20,27	13,28	278,76	294
	Чай без сахара	215	0,11	0,00	15,01	57,83	376
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		465	14,94	24,73	50,34	478,55	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		465	14,94	24,73	50,34	478,55	
День 3.							
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из риса (с маслом и сахаром)	220	6,12	9,79	53,42	323,86	174
	Компот из смеси сухофруктов	200	1,40	0,18	42,52	171,22	349
	Плоды или ягоды свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	7,92	10,37	105,74	542,08	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		520	7,92	10,37	105,74	542,08	
День 4.							
ЗАВТРАК	Каша тушеная	150	3,36	6,20	14,33	127,69	139
	Тфтели: 1-й вариант с соусом	100	9,09	10,51	10,83	173,73	278
	Чай без сахара	215	0,11	0,00	15,01	57,83	376
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		465	12,56	16,71	40,17	359,25	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		465	12,56	16,71	40,17	359,25	

