

Согласовано

Директор



**Двухнедельное меню завтраков (целиакия) для обучающихся общеобразовательных учреждений города Черкесска от 7-11 лет на 2024-2025 учебный год**

№ рецептуры (7-+A2:G7211)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	Ккал.
	<b>Понедельник, 1 неделя</b>					
54-7к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	210	8,5	11,7	43,5	313,2
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>540</b>	<b>10,2</b>	<b>13,4</b>	<b>72,9</b>	<b>452,4</b>
	<b>Вторник, 1 неделя</b>					
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-20м-2020	Говядина отварная	60	17,1	13,7	0,3	192,8
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>22,8</b>	<b>24,6</b>	<b>43,3</b>	<b>484,3</b>
	<b>Среда, 1 неделя</b>					
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6	27
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>16,1</b>	<b>21,1</b>	<b>52,2</b>	<b>463,5</b>
	<b>Четверг, 1 неделя</b>					
54-7т-2020	Творожная запеканка	150	10,1	6,9	14,1	159,3
Пром.	Молоко сгущенное с сахаром	30	2,2	2,6	16,7	98,2
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>15,4</b>	<b>12,6</b>	<b>62,2</b>	<b>422,3</b>
	<b>Пятница, 1 неделя</b>					
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	10,5	6,2	2,3	106,7
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>16</b>	<b>13</b>	<b>60,4</b>	<b>421,7</b>

	<b>Понедельник, 2 неделя</b>					
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288
54-4гн-2020	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>11,4</b>	<b>14,7</b>	<b>68,9</b>	<b>452,8</b>
	<b>Вторник, 2 неделя</b>					
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	146
54-16м-2020	Тефтели из говядины с рисом	60	8,7	8,8	4,8	133,6
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>530</b>	<b>15</b>	<b>18,8</b>	<b>63,3</b>	<b>481,7</b>
	<b>Среда, 2 неделя</b>					
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	5	7	23,9	178
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Яблоко	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>515</b>	<b>10,4</b>	<b>12,7</b>	<b>48,6</b>	<b>349,9</b>
	<b>Четверг, 2 неделя</b>					
54-1о-2020	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3
54-3гн-2020	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>16,1</b>	<b>20,6</b>	<b>52,4</b>	<b>459,4</b>
	<b>Пятница, 2 неделя</b>					
54-7т-2020	Творожная запеканка	150	10,1	6,9	14,1	159,3
Пром.	Молоко сгущенное с сахаром	30	2,2	2,6	16,7	98,2
54-2гн-2020	Чай с сахаром	200	0,2	0,0	6	27
Пром.	Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	44,4
Пром.	Хлеб безглютеновый (дом.)	30	1,1	1,2	13	66,9
	<b>Итого</b>	<b>510</b>	<b>14,1</b>	<b>11,7</b>	<b>60,6</b>	<b>403,8</b>
	<b>Средние показатели за период</b>	<b>525,8</b>	<b>15,1</b>	<b>16,9</b>	<b>60,2</b>	<b>452,3</b>