

Согласовано

Заведующий ГБОУ № 4

"01" сентября 2025 г.

Утверждено

Генеральный директор ООО "Альфа-Провитамин"  А. А. Пашенкова С.Г.

"01" сентября 2025 г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ 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						№ рецептуры	Сборник рецептов
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)										
		Б	Ж	У		В1	С	А (рет. 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	0,27	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						
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		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 С ОГУРЦОМ	40	0,53	2,4	2,8	34,93	0,01	15,47	2,2	14,87	13,47	5,81	0,23	ТТК-50						
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И 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						
ПЛОВ С ИНДЕЙКОЙ	180	9,27	15,03	25,11	272,79	0,06	0,65	208,8	18	173,7	18	1,8	ТТК-311,02						
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	576	16,1	20,48	67,12	562,96	0,24	23,87	287	77,28	280,89	59,67	3,53							
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						
РАГУ ОВОЩНОЕ С ЦВЕТНОЙ КАПУСТОЙ	110	1,98	5,13	13,71	108,97	0,06	9,67	14,15	14,59	13,64	1,86	0,22	ТТК-341						
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	13,09	16,31	45,04	378,28	0,18	13,31	110,42	44,53	156,94	35,46	2,94							
Итого за день		36,03	38,61	198,3	1346,91	0,71	44,02	457,69	169,98	514,1	198,66	12,29							