

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
МОСКАЛЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ОМСКОЙ ОБЛАСТИ
«НОВОЦАРИЦЫНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

646083 Омская область, Москаленский район, с.Новоцарицыно, ул. Центральная, 61,
тел. (274) 3-42-74, e-mail: mosknc@mail.ru

Информация о наличии диетического меню

Меню горячих завтраков для детей с сахарным диабетом, 1-4 класс

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорий- ность	ХЕ**
		г.	г.	г.	г.	ккал.	ед.
	Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак						
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	200	18,6	15,9	36,4	363,2	3,0
54-22гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	0,2	0,1	1,7	8,3	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	420	20,1	16,2	46	410,6	3,8
	Дополнительный прием пищи*						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	570	20,7	16,8	60,7	477,2	5,1
	Вторник, 1 неделя						
	Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,0
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	200	15,3	15,4	38,5	354,4	3,2
54-11гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сиропом стевии	200	1,6	1,5	3,7	33,9	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	450	25,2	26	50,1	534,9	4,2
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	520	25,8	26,1	55,4	559,4	4,6
	Среда, 1 неделя						
	Завтрак						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0
54-11к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	210	9,1	12,8	38,8	306,4	3,2
54-13гн-2020	Чай со смородиной и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,5	12,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	440	10,8	21,4	49,3	432,6	4,1
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	530	15,3	24,3	52,5	489,1	4,4
	Четверг, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	0,0

54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,5	24,1	26,4	416,3	2,2
54-13гн-2020	Чай с ягодами и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,5	12,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	460	29,9	28,4	37,1	524,3	3,1
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок овощной в ассортименте	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за дополнительный прием пищи	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	660	30,9	28,4	62,5	629,9	5,2
	Пятница, 1 неделя						
	Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,0
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	210	7,3	10,7	44,2	302,3	3,7
54-22гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	0,2	0,1	1,7	8,3	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	460	15,8	19,9	53,8	457,2	4,5
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	610	16,4	20,5	68,5	523,8	5,7
	Суббота, 1 неделя						
	Завтрак						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0
54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	200	12,9	15,3	6,3	214	0,5
54-11гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сиропом стевии	200	1,6	1,5	3,7	33,9	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
Пром.	Апельсин	150	1,4	0,3	12,2	56,7	1,0
	Итого за завтрак	580	17,3	25,6	30,2	418,5	2,5
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за дополнительный прием пищи	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	780	18,3	25,6	55,6	524,1	4,6
	Понедельник, 2 неделя						
	Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,0
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	200	8,3	11,6	37,5	288	3,1
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	0,0
54-15гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и сиропом стевии	200	0,2	0,1	2,9	13,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	490	21,6	24,8	48,6	504,5	4,1
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	560	22,2	24,9	53,9	529,0	4,5
	Вторник, 2 неделя						
	Завтрак						
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	3,0
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	100	15	15,6	2,4	210,2	0,2

54-13гн-2020	Чай с ягодами и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,5	12,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	470	20,2	21,3	49,2	470,3	4,1
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	560	24,7	24,2	52,4	526,8	4,4
	Среда, 2 неделя						
	Завтрак						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0
54-14к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	210	8,3	10,8	44,5	308,6	3,7
54-22гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	0,2	0,1	1,7	8,3	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	440	9,9	19,4	54,2	430,8	4,5
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	590	10,5	20,0	68,9	497,4	5,7
	Четверг, 2 неделя						
	Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,0
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	200	18,6	15,9	36,4	363,2	3,0
54-13гн-2020	Чай со смородиной и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,5	12,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	450	27,2	25,1	46,8	522,1	3,9
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	520	27,8	25,2	52,1	546,6	4,3
	Пятница, 2 неделя						
	Завтрак						
54-1о-2020	Омлет натуральный	200	16,9	25,8	4,2	316,3	0,4
54-11гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сиропом стевии	200	1,6	1,5	3,7	33,9	0,3
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	570	20,4	28,1	30,5	455,9	2,5
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за дополнительный прием пищи	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	770	21,4	28,1	55,9	561,5	4,7
	Суббота, 2 неделя						
	Завтрак						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	150	4,5	5,8	26,5	176	2,2
54-10р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	70	11,4	7,9	4,4	134,3	0,4
54-15гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и сиропом стевии	200	0,2	0,1	2,9	13,3	0,2

Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	450	17,5	22,3	41,8	437,5	3,5
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	540,0	22,0	25,2	45,0	494,1	3,8
	Средние показатели за завтрак	473,3	19,7	23,2	44,8	466,6	3,7
	Средние показатели за дополнительный прием пищи	127,5	1,7	0,9	12,2	63,3	1,0
	Средние показатели за период	600,8	21,3	24,1	57,0	529,9	4,8

* - дополнительный прием пищи выдается детям через 1-2 урока после основного.

** - для детей в возрасте 7-11 лет, страдающих сахарным диабетом, количество хлебных единиц (ХЕ) на завтрак не должно превышать 6 ХЕ и составлять - 4 ХЕ на основном завтраке и 2 ХЕ на дополнительном.

Энергетическая и биологическая ценность горячих завтраков для детей 1-4 классов, страдающих сахарным диабетом

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	529,9 ккал	22,6	2350,0
Витамин С	47,7 мг	79,5	60
Витамин В1	0,2 мг	16,7	1,2
Витамин В2	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин А	595,4 рег. экв.	85,1	700
Кальций	289,1 мг	26,3	1100
Фосфор	381,9 мг	23,1	1650
Магний	89,2 мг	35,7	250
Железо	5,5 мг	45,8	12
Калий	663,4 мг	60,2	1100
Йод	0,05 мг	50,0	0,1
Селен	0,02 мг	66,7	0,03

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню завтраков для детей 1-4 классов, страдающих сахарным диабетом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма за цикл	Ср. знач. за день
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб в ассортименте.	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	240	20
сухари панир.	5	-	-	3	-	-	-	-	-	5	-	-	14	1
мука	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-	8	9	1
крупа кукурузная	-	-	-	-	57	-	-	-	-	-	-	-	57	5
крупа манная	20	-	-	-	-	-	-	-	-	20	-	-	40	3
крупа овсяная	-	-	50	-	-	-	-	-	-	-	-	-	50	4
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	-	-	50	-	-	-	50	4
крупа рисовая	-	54	-	-	-	-	-	54	-	-	-	-	108	9
крупа пшенная	-	-	-	-	-	-	50	-	-	-	-	-	50	4
картофель	-	-	-	224	-	-	-	-	-	-	-	182	406	34
петрушка (корень)	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	4	5	0
горошек зел. конс.	-	-	-	-	-	60	-	-	-	-	-	-	60	5
томатное пюре	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	6	1
лук репчатый	-	10	-	-	-	-	-	3	-	-	-	12	25	2
морковь	157	25	-	-	-	-	-	9	-	157	-	22	369	31
апельсин	-	-	-	-	-	150	-	-	-	-	-	-	150	12,5
лимон	8	-	-	-	8	-	-	-	8	-	-	-	24	2
мандарин	-	70	-	-	-	-	70	-	-	70	-	-	210	17,5
яблоко	150	-	-	-	150	-	17	-	150	-	150	17	634	53
клюква	-	-	-	-	11	-	-	-	-	-	-	-	11	1
смородина черная	-	-	16	16	-	-	-	16	-	16	-	-	64	5
курага	-	-	11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	11	1
изюм	-	-	-	-	-	-	-	-	10	-	-	-	10	1
сок в ассортименте	-	-	-	200	-	200	-	-	-	-	200	-	600	50
говядина I кат.	-	73	-	127	-	-	-	91	-	-	-	-	291	24
горбуша (филе)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	63	63	5
молоко	31	50	100	-	100	130	104	-	106	31	127	45	823	69
йогурт	-	-	90	-	-	-	-	90	-	-	-	90	270	22,5
творог	75	-	-	-	-	-	-	-	-	75	-	-	149	12
сыр	-	31	-	-	31	-	31	-	-	31	-	-	125	10
сметана	5	-	-	-	-	-	-	25	-	5	-	-	36	3
масло сливочное	10	8	20	10	10	17	10	8	20	10	15	10	148	12
масло подсолнечное	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	10	1
яйцо куриное	9	-	-	48	-	88	44	-	-	9	135	-	333	28
сахар-песок	8	-	3	-	3	-	3	-	3	8	-	2	30	2
сироп на стевии	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60	5
чай черный байх.	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1
соль йодированная	0.5	0.2	1.0	1.0	1.0	0.5	1.0	0.7	1.0	0.5	0.6	0.7	8.7	0.7

Меню горячих обедов для детей с сахарным диабетом, 1-4 класс

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ**
		г.	г.	г.	г.	ккал.	ед.
	Понедельник, 1 неделя						
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1	1,4
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,5	24,1	26,4	416,3	2,2
54-1соус-2020	Соус сметанный	50	0,7	4,2	1,6	47,5	0,1
54-16хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
	Итого за обед	710	31,9	33,2	51,6	632,6	4,3
	Дополнительный прием пищи*						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	860	32,5	33,8	66,3	699,2	5,5
	Вторник, 1 неделя						
	Обед						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-4с-2020	Рассольник домашний	200	1,9	5,1	11,2	98,5	0,9
54-8г-2020	Капуста тушеная	150	3,6	5,1	14,6	118,7	1,2
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	0,4
54-13хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,2	5,5	24	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	710	21,1	24,7	46,8	493,6	3,9
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	780	21,7	24,8	52,1	518,1	4,3
	Среда, 1 неделя						
	Обед						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	1,9	5	10,3	94,2	0,9
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8	1,7
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2	0,4
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	710	22,5	32,8	48,2	578,9	4
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	800	27,0	35,7	51,4	635,4	4,3
	Четверг, 1 неделя						
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,7	5	9,7	90,3	0,8
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	2,9	7,6	13,6	134,2	1,1
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4	1

54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5	0,4
54-16хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
	Итого за обед	735	20,9	27,9	47,3	523,1	3,9
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок овощной в ассортименте	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за дополнительный прием пищи	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	935	21,9	27,9	72,7	628,7	6,0
	Пятница, 1 неделя						
	Обед						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,6	4,9	5,3	72,1	0,4
54-12м-2020	Плов с курицей	200	27,2	8,1	33,2	314,6	2,8
54-13хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,2	5,5	24	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	680	31	13,5	54,2	462,6	4,5
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	830	31,6	14,1	68,9	529,2	5,7
	Суббота, 1 неделя						
	Обед						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	1,9	5,1	13,2	106,7	1,1
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	200	21,9	22,9	13,3	347,1	1,1
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	680	26,2	29,7	40,3	534,5	3,4
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок фруктовый в ассортименте	200	1,0	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за дополнительный прием пищи	200	1,0	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	880	27,2	29,7	65,7	640,1	5,5
	Понедельник, 2 неделя						
	Обед						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	200	6,8	4,6	14,4	125,9	1,2
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	200	20,1	19,3	17,2	322,9	1,4
54-16хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	680	29,5	24,4	48,2	530,5	4
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	750	30,1	24,5	53,5	555,0	4,5
	Вторник, 2 неделя						
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	200	1,9	5,1	13,2	106,7	1,1
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	2,9	7,6	13,6	134,2	1,1

54-2м-2020	Гуляш из говядины	80	13,6	13,6	3,1	189	0,3
54-13хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,2	5,5	24	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	710	20,4	26,8	44,8	501,5	3,7
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	800	24,9	29,7	48,0	558,0	4,0
	Среда, 2 неделя						
	Обед						0
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами (горбуша)	200	7,9	4,1	12,4	118	1
54-2г-2020	Макароны отварные с овощами	150	4,7	7,0	26,5	187,6	2,2
54-3м-2020	Голубцы ленивые	75	6,3	5,9	4,8	98	0,4
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
	Итого за обед	685	19,9	18,5	49,0	442,6	4,1
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	835	20,5	19,1	63,7	509,2	5,3
	Четверг, 2 неделя						
	Обед						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	200	1,6	4,9	5,3	72,1	0,4
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,5	24,1	26,4	416,3	2,2
54-16хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	680	27,7	29,5	48,3	570,1	4,0
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	750	28,3	29,6	53,6	594,6	4,5
	Пятница, 2 неделя						
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,7	5	9,7	90,3	0,8
54-9г-2020	Рагу из овощей	150	2,9	7,6	13,6	134,2	1,1
54-5м-2020	Котлеты из курицы	75	14,3	3,3	10	127,1	0,8
54-13хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,2	5,5	24	0,5
	Итого за обед	685	19,6	16,2	40,3	384,1	3,4
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок фруктовый в ассортименте	200	1,0	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за дополнительный прием пищи	200	1,0	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	885	20,6	16,2	65,7	489,7	5,5
	Суббота, 2 неделя						
	Обед						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,5	2,2	18,1	102	1,5

54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8	1,7
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2	0,4
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
	Итого за обед	690	21,7	29,8	47,5	545	4
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	780	26,2	32,7	50,7	601,5	4,2
	Средние показатели за обед	696,3	24,4	25,6	47,2	516,6	3,9
	Средние показатели за дополнительный прием пищи	127,5	1,7	0,9	12,2	63,3	1,0
	Средние показатели за период	823,8	26,1	26,5	59,4	579,9	5,0

* - дополнительный прием пищи выдается детям через 1-2 урока после основного.

** - для детей в возрасте 7-11 лет, страдающих сахарным диабетом, количество хлебных единиц (ХЕ) на обед не должно превышать 6 ХЕ, и составлять - 4 ХЕ на основном обеде и 2 ХЕ на дополнительном приеме пищи.

Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 1-4 классов, страдающих сахарным диабетом

Показатели	Фактические значения по меню обедов	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	579,9 ккал	25,0	2350,0
Витамин С	100,0 мг	166,7	60
Витамин В1	0,3 мг	25,0	1,2
Витамин В2	0,5 мг	35,7	1,4
Витамин А	773,1 рет. Экв.	110,4	700
Кальций	182,3 мг	16,6	1100
Фосфор	370,2 мг	22,4	1650
Магний	123,8 мг	49,5	250
Железо	6,5 мг	54,2	12
Калий	856,2 мг	77,8	1100
Йод	0,08 мг	80,0	0,1
Селен	0,01 мг	33,3	0,03

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню обедов для детей 1-4 классов, страдающих сахарным диабетом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб в ассортим.	-	20	20	14	20	20	20	20	-	20	9	-	164	14
сухари панировочные	3	-	-	8	-	-	-	-	-	3	8	-	23	2
мука пшеничная высший сорт	1	3	4	4	2	2	-	4	-	2	1	4	27	2
крупа рисовая	-	-	-	-	45	4	-	4	8	-	-	-	61	5
крупа перловая	-	-	8	-	-	-	-	-	-	-	-	-	8	1
фасоль	-	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-	-	16	1
горох	16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	1
макарон. изд. высшего сорта	-	-	-	-	-	-	-	-	37	-	-	8	45	4
картофель	292	82	199	87	-	82	196	147	76	224	87	280	1752	146
огурец соленый	-	15	-	-	-	15	-	15	-	-	-	-	45	4
укроп	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-	1	0
томат	-	68	-	-	68	-	-	-	68	-	-	68	271	23
свекла	-	-	-	40	-	-	-	-	-	-	40	-	80	7
репа	-	-	-	30	-	-	-	30	-	-	30	-	90	8

петрушка (корень)	3	-	-	2	1	-	-	-	-	1	1	-	6	0
петрушка (зелень)	-	3	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	5	0
перец сладкий	-	-	68	-	-	68	68	-	-	68	-	-	271	23
огурец	68	-	-	68	-	-	-	68	-	-	68	-	271	23
морковь	10	17	10	47	23	17	13	40	40	10	43	10	279	23
лук репчатый	10	20	10	27	18	23	27	37	14	10	25	10	232	19
капуста белокочанная	-	198	30	58	70	191	-	38	56	70	58	-	768	64
томатное пюре	-	12	-	16	12	8	7	7	9	1	6	-	78	6
горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	-	-	-	9	-	-	-	9	1
смородина черн.	21	-	-	21	-	-	21	-	-	21	-	-	86	7
облепиха	-	-	32	-	-	32	-	-	32	-	-	32	128	11
малина	21	-	-	21	-	-	21	-	-	21	-	-	85	7
брусника	21	-	-	21	-	-	21	-	-	21	-	-	86	7
яблоко	150	48	-	-	198	-	-	48	150	-	48	-	643	54ь
мандарин	-	70	-	-	-	-	70	-	-	70	-	-	210	17,5
сок в ассорти	-	-	-	200	-	200	-	-	-	-	200	-	600	50
говядина I кат.	127	-	-	73	-	121	114	84	34	127	-	-	678	57
печень говяжья	-	78	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	78	6
куриная грудка (филе)	-	-	-	-	121	-	-	-	-	-	63	-	184	15
горбуша конс.	-	-	-	-	-	-	-	-	36	-	-	-	36	3
минтай (филе)	-	-	94	-	-	-	-	-	-	-	-	94	187	16
молоко	-	-	24	17	-	-	-	-	-	-	13	24	78	7
йогурт	-	-	90	-	-	-	-	90	-	-	-	90	270	22,5
сыр	-	-	6	-	-	-	-	-	-	-	-	6	11	1
сметана	25	37	57	33	10	10	-	33	-	10	33	47	294	24
масло сливочное	11	8	12	8	-	10	7	5	14	10	1	12	98	8
масло подсолнечное	4	11	11	8	11	5	4	8	-	4	10	9	84	7
яйцо куриное	4	-	-	-	-	-	-	-	-	4	-	-	9	1
сахар-песок	-	5	-	3	-	4	-	-	-	-	2	-	14	1
сироп на стевии	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60	5
соль йодир.	1,3	2,1	1,1	1,0	0,7	0,7	0,5	1,0	1,0	1,3	1,0	1,1	12,8	1,1
лавровый лист	0,04	0,04	0,04	0,05	0,04	0,14	0,07	0,04	0,04	0,04	0,04	0,04	0,62	0,05
кислота лимонная	-	-	-	0,2	-	-	-	-	-	-	0,2	-	0,4	0,03

Меню горячих завтраков для детей с сахарным диабетом, 5 класс и старше

№ рецептуры (11 л. и старше)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ**
		г.	г.	г.	г.	ккал.	ед.
	Понедельник, 1 неделя						
	Завтрак						
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	250	23,3	19,9	45,5	454	3,8
54-22гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	0,2	0,1	1,7	8,3	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	470	24,8	20,2	55,1	501,4	4,6
	Дополнительный прием пищи*						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	620	25,4	20,8	69,8	568	5,8
	Вторник, 1 неделя						
	Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,0
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	250	19,1	19,3	48,2	443	4,0
54-11гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сиропом стевии	200	1,6	1,5	3,7	33,9	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	500	29	29,9	59,8	623,5	5,0
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	570	29,6	30,0	65,1	648,2	5,4
	Среда, 1 неделя						
	Завтрак						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0
54-11к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	260	11,2	15,8	48	379,4	4,0
54-13гн-2020	Чай со смородиной и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,5	12,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	490	12,9	24,4	58,5	505,6	4,9
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	580	17,4	27,3	61,7	562,1	5,1
	Четверг, 1 неделя						
	Завтрак						
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	0,0
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	250	29,4	30,1	33	520,3	2,8
54-13гн-2020	Чай с ягодами и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,5	12,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	510	35,8	34,4	43,7	628,3	3,6
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Сок овощной в ассортименте	200	1	0	25,4	105,6	2,1

	Итого за дополнительный прием пищи	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	710	36,8	34,4	69,1	733,9	5,8
	Пятница, 1 неделя						
	Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,0
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	260	9	13,2	54,8	374,3	4,6
54-22гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	0,2	0,1	1,7	8,3	0,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	510	17,5	22,4	64,4	529,2	5,4
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	660	18,1	23	79,1	595,8	6,6
	Суббота, 1 неделя						
	Завтрак						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0
54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	250	16,1	19,1	7,8	267,5	0,7
54-11гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сиропом стевии	200	1,6	1,5	3,7	33,9	0,3
Пром.	Апельсин	150	1,4	0,3	12,2	56,7	1,0
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	630	20,5	29,4	31,7	472	2,6
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за дополнительный прием пищи	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	830	21,5	29,4	57,1	577,6	4,8
	Понедельник, 2 неделя						
	Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,0
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10,4	14,6	46,9	360	3,9
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6	0,0
54-15гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и сиропом стевии	200	0,2	0,1	2,9	13,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	540	23,7	27,8	58	576,5	4,8
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	610	24,3	27,9	63,3	601	5,3
	Вторник, 2 неделя						
	Завтрак						
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3	4,1
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	120	18	18,8	2,9	252,3	0,2
54-13гн-2020	Чай с ягодами и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,5	12,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	540	24,4	26,3	61,9	582	5,2
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3

	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	630	28,9	29,2	65,1	638,5	5,4
	Среда, 2 неделя						
	Завтрак						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0
54-14к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	260	10,3	13,4	55,1	382,1	4,6
54-22гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	0,2	0,1	1,7	8,3	0,1
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	560	12,5	22,1	70,1	528,8	5,8
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за дополнительный прием пищи	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	640	12,5	22,6	79,5	570,9	6,6
	Четверг, 2 неделя						
	Завтрак						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5	0,0
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	250	23,3	19,9	45,5	454	3,8
54-13гн-2020	Чай со смородиной и сиропом стевии	200	0,3	0,1	2,5	12,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	500	31,9	29,1	55,9	612,9	4,7
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за дополнительный прием пищи	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	570	32,5	29,2	61,2	637,4	5,1
	Пятница, 2 неделя						
	Завтрак						
54-1о-2020	Омлет натуральный	250	21,1	32,2	5,2	395,4	0,4
54-11гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сиропом стевии	200	1,6	1,5	3,7	33,9	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за завтрак	620	24,6	34,5	31,5	535	2,6
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Сок фруктовый в ассортименте	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за дополнительный прием пищи	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	820	25,6	34,5	56,9	640,6	4,7
	Суббота, 2 неделя						
	Завтрак						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8	0,0
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	200	6	7,7	35,3	234,7	2,9
54-10р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	70	11,4	7,9	4,4	134,3	0,4
54-15гн-2020	Чай фруктовый с яблоком и сиропом стевии	200	0,2	0,1	2,9	13,3	0,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за завтрак	500	19,0	24,2	50,6	496,2	4,2
	Доплнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3

	Итого за дополнительный прием пищи	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	590	23,5	27,1	53,8	552,7	4,5
Средние показатели за завтрак		525	23,0	27,1	53,0	547,2	4,5
Средние показатели за дополнительный прием пищи		127,5	1,7	0,9	12,2	63,3	1,0
Средние показатели за период		652,5	24,7	28,0	65,1	610,5	5,5

* - дополнительный прием пищи выдается детям через 1-2 урока после основного.

** - для детей в возрасте 11 лет и старше, страдающих сахарным диабетом, количество хлебных единиц (ХЕ) на завтрак не должно превышать 7 ХЕ и составлять - 5 ХЕ на основном завтраке и 2 ХЕ на дополнительном.

Энергетическая и биологическая ценность завтраков для детей 5 классов и старше, страдающих сахарным диабетом

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	610,5 ккал	19,0	2713
Витамин С	48,5 мг	69,3	70
Витамин В1	0,3 мг	21,4	1,4
Витамин В2	0,5 мг	31,3	1,6
Витамин А	685,1 рет. Экв.	79,1	900
Кальций	316,8 мг	26,4	1200
Фосфор	436,1 мг	24,2	1800
Магний	100,8 мг	33,6	300
Железо	6,0 мг	35,3	17
Калий	863,7 мг	71,2	1200
Йод	0,06 мг	50,0	0,12
Селен	0,02 мг	40,0	0,05

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню завтраков для детей 5 классов и старше, страдающих сахарным диабетом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб в ассорти.	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	240	20
сухари панировочные	7	-	-	4	-	-	-	-	-	7	-	-	17	1
мука пшеничная высший сорт	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	10	12	1
крупа кукурузная	-	-	-	-	71	-	-	-	-	-	-	-	71	6
крупа манная	25	-	-	-	-	-	-	-	-	25	-	-	50	4
крупа овсяная	-	-	62	-	-	-	-	-	-	-	-	-	62	5
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	-	-	62	-	-	-	62	5
крупа рисовая	-	68	-	-	-	-	-	72	-	-	-	-	140	12
крупа пшенная	-	-	-	-	-	-	63	-	-	-	-	-	63	5
картофель	-	-	-	281	-	-	-	-	-	-	-	242	523	44
петрушка (корень)	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	4	6	0
горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	75	-	-	-	-	-	-	75	6
томатное пюре	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	6	6	1
лук репчатый	-	13	-	-	-	-	-	3	-	-	-	12	28	2
морковь	196	31	-	-	-	-	-	11	-	196	-	22	456	38
апельсин	-	-	-	-	-	150	-	-	-	-	-	-	150	12,5
лимон	8	-	-	-	8	-	-	-	8	-	-	-	24	2
мандарин	-	70	-	-	-	-	70	-	-	70	-	-	210	17,5
яблоко	150	-	-	-	150	-	17	-	150	-	150	17	634	53

клюква	-	-	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	1
смородина черная	-	-	16	16	-	-	-	16	-	16	-	-	64	5
курага	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13	1
изюм	-	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	-	13	1
сок в ассортим.	-	-	-	200	-	200	-	-	-	-	200	-	600	50
говядина 1 кат.	-	92	-	158	-	-	-	109	-	-	-	-	359	30
горбуша (филе)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	63	63	5
молоко	38	50	124	-	124	150	130	-	131	38	146	60	992	83
йогурт	-	-	90	-	-	-	-	90	-	-	-	90	270	22.5
творог	93	-	-	-	-	-	-	-	-	93	-	-	187	16
сыр	-	31	-	-	31	-	31	-	-	31	-	-	125	10
сметана	7	-	-	-	-	-	-	30	-	7	-	-	43	4
масло сливочное	13	10	22	13	12	18	13	11	22	13	19	10	175	15
масло подсолнечное	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	11	11	1
яйцо куриное	11	-	-	50	-	110	44	-	-	11	169	-	395	33
сахар-песок	10	-	4	-	4	-	4	-	4	10	-	2	37	3
сироп на стевии	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60	5
чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1
соль йодир.	0.6	0.3	1.2	1.3	1.2	0.7	1.3	0.9	1.2	0.6	0.8	0.9	11	0.92

Меню горячих обедов для детей с сахарным диабетом, 5 класс и старше

№ рецептуры 11 л. старше)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ**
		г.	г.	г.	г.	ккал.	ед.
	Понедельник, 1 неделя						
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	250	8,4	5,7	20,3	166,4	1,7
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	200	23,5	24,1	26,4	416,3	2,2
54-1соус-2020	Соус сметанный	50	0,7	4,2	1,6	47,5	0,1
54-16хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	780	34,9	34,5	63,5	705	5,3
	Дополнительный прием пищи*						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	930	35,5	35,1	78,2	771,6	6,5
	Вторник, 1 неделя						
	Обед						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-4с-2020	Рассольник домашний	250	2,4	6,4	14	123,1	1,2
54-8г-2020	Капуста тушеная	200	4,8	6,8	19,4	158,3	1,6
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	80	13,4	14	5,3	200,5	0,4
54-13хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,2	5,5	24	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	810	22,8	27,7	54,4	557,8	4,5
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	880	23,4	27,8	59,7	582,3	5,0
	Среда, 1 неделя						
	Обед						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	250	2,4	6,3	12,9	117,8	1,1
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	2,2
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2	0,4
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	810	24	36,1	57,4	651,1	4,8
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	900	28,5	39,0	60,6	707,6	5,1
	Четверг, 1 неделя						
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2,1	6,2	12,1	112,9	1
54-9г-2020	Рагу из овощей	200	3,8	10,1	18,2	178,9	1,5
54-4м-2020	Котлеты из говядины	75	13,7	13,6	12,3	226,4	1
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5	0,4

54-16хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	10	0,7	0,1	4,0	19,6	0,3
	Итого за обед	845	22,9	31,7	58,3	610,0	4,9
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок овощной в ассортименте	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого	200	1	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	1045	23,9	31,7	83,7	715,6	7,0
	Пятница, 1 неделя						
	Обед						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,1	6,2	6,6	90,1	0,6
54-12м-2020	Плов с курицей	250	34	10,1	41,5	393,3	3,5
54-13хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,2	5,5	24	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	780	38,3	16,8	63,8	559,3	5,3
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	930	38,9	17,4	78,5	625,9	6,5
	Суббота, 1 неделя						
	Обед						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	2,4	6,4	16,5	133,3	1,4
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	250	27,4	28,6	16,6	433,9	1,4
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за Обед основной	780	32,2	36,7	46,9	647,9	3,9
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок фруктовый в ассортименте	200	1,0	0	25,4	105,6	2,1
	Итого	200	1,0	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	980	33,2	36,7	72,3	753,5	6,0
	Понедельник, 2 неделя						
	Обед						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	250	8,5	5,7	18	157,4	1,5
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	250	25,1	24,2	21,5	403,6	1,8
54-16хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	780	36,2	30,4	56,1	642,7	4,7
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	850	36,8	30,5	61,4	667,2	5,1
	Вторник, 2 неделя						
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	2,4	6,4	16,5	133,3	1,4
54-9г-2020	Рагу из овощей	200	3,8	10,1	18,2	178,9	1,5
54-2м-2020	Гуляш из говядины	100	17	17	3,9	236,3	0,3
54-13хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,2	5,5	24	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	830	25,2	34	53,5	620,1	4,5

	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	920	29,7	36,9	56,7	676,6	4,8
	Среда, 2 неделя						
	Обед						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250	9,9	5,1	15,5	147,5	1,3
54-2г-2020	Макаронны отварные с овощами	200	6,2	9,3	35,3	250,2	2,9
54-3м-2020	Голубцы ленивые	75	6,3	5,9	4,8	98	0,4
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
	Итого за обед	785	23,4	21,8	60,9	534,7	5,1
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Яблоко	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого	150	0,6	0,6	14,7	66,6	1,2
	Итого за день	935	24,0	22,4	75,6	601,3	6,3
	Четверг, 2 неделя						
	Обед						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4	0,2
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,1	6,2	6,6	90,1	0,6
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	250	29,4	30,1	33	520,3	2,8
54-16хн-2020	Компот из смеси свежих ягод с сиропом стевии (брусника, малина, смородина)	200	0,5	0,2	5,8	27,2	0,5
	Итого за обед	780	34,1	36,8	56,2	692,1	4,7
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого	70	0,6	0,1	5,3	24,5	0,4
	Итого за день	850	34,7	36,9	61,5	716,6	5,1
	Пятница, 2 неделя						
	Обед						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5	0,1
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2,1	6,2	12,1	112,9	1
54-9г-2020	Рагу из овощей	200	3,8	10,1	18,2	178,9	1,5
54-5м-2020	Котлеты из курицы	75	14,3	3,3	10	127,1	0,8
54-13хн-2020	Компот из яблок с сиропом стевии	200	0,2	0,2	5,5	24	0,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	805	22,2	20,1	55,2	490,5	4,6
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Сок фруктовый в ассортименте	200	1,0	0	25,4	105,6	2,1
	Итого	200	1,0	0	25,4	105,6	2,1
	Итого за день	1005	23,2	20,1	80,6	596,1	6,7
	Суббота, 2 неделя						
	Обед						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8	0,2
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,2	2,7	22,6	127,5	1,9
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4	2,2
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	80	15,1	20	4,3	258,2	0,4
54-15хн-2020	Напиток из облепихи с сиропом стевии	200	0,3	1,4	3	26,2	0,3
Пром.	Хлеб в ассортименте	20	1,3	0,2	7,9	39,1	0,7
	Итого за обед	810	24,7	32,5	66,5	658,2	5,5
	Дополнительный прием пищи						
Пром.	Йогурт	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3

	Итого	90	4,5	2,9	3,2	56,5	0,3
	Итого за день	900	29,2	35,4	69,7	714,7	5,8
	Средние показатели за обед	799,6	28,4	29,9	57,7	614,1	4,8
	Средние показатели за дополнительный прием пищи	127,5	1,7	0,9	12,2	63,3	1,0
	Средние показатели за период	927,1	30,1	30,8	69,9	677,4	5,8

* - дополнительный прием пищи выдается детям через 1-2 урока после основного.

** - для детей в возрасте 11 лет и старше, страдающих сахарным диабетом, количество хлебных единиц (ХЕ) на обед не должно превышать 7 ХЕ, и составлять - 5 ХЕ на основном обеде и 2 ХЕ на дополнительном приеме пищи.

Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 5 классов и старше, страдающих сахарным диабетом

Показатели	Фактические значения по меню обедов	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	677,4 ккал	25,0	2713
Витамин С	106,1 мг	151,6	70
Витамин В1	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин В2	0,5 мг	31,3	1,6
Витамин А	842,6 рет. Экв.	93,6	900
Кальций	208,2 мг	17,4	1200
Фосфор	429,8 мг	23,8	1800
Магний	143,2 мг	47,8	300
Железо	7,5 мг	44,1	17
Калий	909,5 мг	75,7	1200
Йод	0,09 мг	75,0	0,12
Селен	0,02 мг	40,0	0,05

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню обедов для детей 5 классов и старше, страдающих сахарным диабетом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб в ассортименте	20	20	20	24	20	20	20	20	-	20	29	20	234	20
сухари панировочные	3	-	-	8	-	-	-	-	-	4	8	-	23	2
мука пшеничная высший сорт	1	4	4	4	3	2	-	5	-	3	2	4	31	3
крупа рисовая	-	-	-	-	57	5	-	5	9	-	-	-	75	6
крупа перловая	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	10	1
фасоль	-	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	20	2
горох	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	2
макарон. изд. высшего сорта	-	-	-	-	-	-	-	-	49	-	-	10	59	5
картофель	309	102	263	114	-	102	245	189	95	281	114	365	2178	182
огурец соленый	-	19	-	-	-	19	-	19	-	-	-	-	56	5
укроп	-	-	-	-	-	-	-	-	1	-	-	-	1	0
томат	-	68	-	-	68	-	-	-	68	-	-	68	271	23
свекла	-	-	-	50	-	-	-	-	-	-	50	-	100	8
репа	-	-	-	40	-	-	-	40	-	-	40	-	120	10
петрушка (корень)	3	-	-	2	1	-	-	-	-	1	1	-	7	1
петрушка (зелень)	-	5	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	7	1
перец сладкий	-	-	68	-	-	68	68	-	-	68	-	-	271	23
огурец	68	-	-	68	-	-	-	68	-	-	68	-	271	23
морковь	13	22	13	60	29	21	16	53	52	13	56	13	357	30
лук репчатый	13	26	13	35	23	29	34	47	16	13	33	13	292	24

капуста белокочанная	-	262	38	75	88	239	-	50	56	88	75	-	970	81
томатное пюре	-	16	-	18	15	10	8	9	12	2	8	-	97	8
горошек зеленый консерв.	-	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	-	13	1
смородина черн.	21	-	-	21	-	-	21	-	-	21	-	-	86	7
облепиха	-	-	32	-	-	32	-	-	32	-	-	32	128	11
малина	21	-	-	21	-	-	21	-	-	21	-	-	85	7
брусника	21	-	-	21	-	-	21	-	-	21	-	-	86	7
яблоко	150	48	-	-	198	-	-	48	150	-	48	-	643	54
мандарин	-	70	-	-	-	-	70	-	-	70	-	-	210	17.5
сок в ассортим.	-	-	-	200	-	200	-	-	-	-	200	-	600	50
говядина I кат.	127	-	-	73	-	151	143	105	34	158	-	-	790	66
печень говяжья	-	78	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	78	6
куриная грудка (филе)	-	-	-	-	151	-	-	-	-	-	63	-	214	18
горбуша конс.	-	-	-	-	-	-	-	-	45	-	-	-	45	4
минтай (филе)	-	-	94	-	-	-	-	-	-	-	-	94	187	16
молоко	-	-	32	17	-	-	-	-	-	-	13	32	94	8
йогурт	-	-	90	-	-	-	-	90	-	-	-	90	270	22.5
сыр	-	-	6	-	-	-	-	-	-	-	-	6	11	1
сметана	25	40	60	43	13	13	-	43	-	13	43	47	336	28
масло сливочное	11	10	14	8	-	13	8	7	18	13	2	14	117	10
масло подсолнечное	5	12	12	10	13	6	5	10	-	5	12	10	100	8
яйцо куриное	4	-	-	-	-	-	-	-	-	6	-	-	10	1
сахар-песок	-	6	-	4	-	5	-	-	-	-	3	-	17	1
сироп на стевии	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	60	5
соль йодир.	1.4	2.3	1.3	1.3	0.9	0.9	0.6	1.3	1.3	1.6	1.3	1.3	15.5	1.3
лавровый лист	0.05	0.05	0.05	0.06	0.05	0.18	0.08	0.05	0.05	0.05	0.05	0.05	0.77	0.06
кислота лимонная	-	-	-	0.3	-	-	-	-	-	-	0.3	-	0.6	0.1

Меню горячих завтраков для детей с муковисцидозом, 1-4 класс

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	Понедельник, 1 неделя					
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	250	23,3	19,9	45,5	454
54-2гн-2020	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Джем фруктовый	30	0,2	0	21,6	86,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
	Итого	520	25,8	28,6	85,5	701,2
	Вторник, 1 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	300	23	23,2	57,8	531,6
54-4гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и медом	200	0,3	0,1	9	37,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	560	32,3	32,6	78,7	735,7
	Среда, 1 неделя					
54-11к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	260	11,2	15,8	48	379,4
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	3,5	11,1	91,1
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	600	22,5	23,8	76,6	610,3
	Четверг, 1 неделя					
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	250	29,4	30,1	33	520,3
54-8гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	480	34,9	33,9	67,2	712,4
	Пятница, 1 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	260	9	13,2	54,8	374,3
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	720	19	23,4	92,9	657,2
	Суббота, 1 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	250	16,1	19,1	7,8	267,5
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Банан	150	2,3	0	33,6	143,4
	Итого	640	22,1	29,3	62	597,9
	Понедельник, 2 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	250	10,4	14,6	46,9	360
54-5гн-2020	Чай черный байховый с ягодами и медом	200	0,3	0,1	9,3	39,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	510	19,7	24	68,1	565,4
	Вторник, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	200	30	31,3	4,8	420,5

54-8гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	640	40,4	50,6	87,7	965,7
	Среда, 2 неделя					
54-14к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	260	10,3	13,4	55,1	382,1
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-2гн-2020	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
	Итого	600	17,9	17,9	79	548,7
	Четверг, 2 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	250	23,3	19,9	45,5	454
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Джем из абрикосов	30	0,2	0	21,6	86,9
	Итого	540	32,7	29,3	85,6	735
	Пятница, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-1о-2020	Омлет натуральный	250	21,1	32,2	5,2	395,4
54-5гн-2020	Чай черный байховый со смородиной и медом	200	0,3	0,1	9,3	39,2
Пром.	Банан	150	2,3	0	33,6	143,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	640	25,8	41	60,1	711,5
	Суббота, 2 неделя					
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	200	6	7,7	35,3	234,7
54-10р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	140	22,8	15,8	8,8	268,6
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	570	32,4	25,4	64,6	615,6
	Средние показатели за период	585	27,1	30	75,7	679,7

Энергетическая и биологическая ценность завтраков для детей 1-4 классов, страдающих муковисцидозом

Показатели	Фактические значения	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	679,7 ккал	23,0	2950
Витамин С	14,4	24,0	60
Витамин В1	0,3	25,0	1,2
Витамин В2	0,5	35,7	1,4
Витамин А	570,8 рет. экв мг	81,5	700
Кальций	294,9 мг	26,8	1100
Фосфор	461,1 мг	27,9	1650
Магний	107,3 мг	42,9	250
Железо	5,7 мг	47,5	12
Калий	874,3 мг	79,5	1100
Йод	0,06 мг	60,0	0,1
Селен	0,03 мг	100,0	0,03

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню завтраков для детей 1-4 классов, страдающих муковисцидозом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
хлеб	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	360	30
сухари панировочные	7	-	-	4	-	-	-	-	-	7	-	-	17	1	
мука пшеничная в/с	-	-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	10	13	1	
крупа рисовая	-	82	-	-	-	-	-	72	-	-	-	-	154	13	
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	-	-	62	-	-	-	62	5	
крупа овсяная	-	-	62	-	-	-	-	-	-	-	-	-	62	5	
крупа манная	25	-	-	-	-	-	-	-	-	25	-	-	50	4	
крупа кукурузная	-	-	-	-	71	-	-	-	-	-	-	-	71	6	
крупа пшенная	-	-	-	-	-	-	63	-	-	-	-	-	63	5	
картофель	-	-	-	281	-	-	-	-	-	-	-	242	523	44	
петрушка (корень)	-	-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	7	10	1	
морковь	196	38	-	-	-	-	-	18	-	196	-	44	491	41	
лук репчатый	-	15	-	-	-	-	-	5	-	-	-	25	45	4	
томатное пюре	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13	13	1	
горошек зел. консерв.	-	-	-	-	-	75	-	-	-	-	-	-	75	6	
джем из абрикосов	30	-	-	-	-	-	-	-	-	30	-	-	60	5	
банан	-	-	-	-	-	150	-	-	-	-	150	-	300	25	
смородина черная	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	8	-	15	1	
клюква	-	-	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	13	1	
яблоко	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	-	-	200	17	
мандарин	-	-	70	-	-	-	-	-	70	-	-	-	140	12	
лимон	-	8	-	-	8	-	-	-	-	8	-	-	24	2	
изюм	-	-	-	-	-	-	-	-	13	-	-	-	13	1	
курага	-	-	13	-	-	-	-	-	-	-	-	-	13	1	
говядина 1 кат.	-	110	-	158	-	-	-	182	-	-	-	-	450	38	
горбуша (филе)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	127	127	11	
молоко	38	-	224	-	124	150	130	-	131	38	96	110	1042	87	
молоко сгущ. с сахаром	-	-	-	38	-	-	-	38	-	-	-	-	76	6	
творог	93	-	-	-	-	-	-	-	-	93	-	-	187	16	
сыр	-	31	-	-	31	-	31	-	-	31	-	-	125	10	
сметана	7	-	-	-	-	-	-	50	-	7	-	-	63	5	
масло сливочное	23	12	12	13	12	18	13	22	12	13	29	-	178	15	
масло подсолнечное	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	17	17	1	
яйцо куриное	11	-	44	6	-	110	-	-	44	11	169	-	395	33	
сахар-песок	17	-	11	3	11	7	4	3	11	17	-	11	94	8	
мед пчелиный	-	12	-	-	-	-	12	-	-	-	12	-	36	3	
чай черный байховый	1	1	-	-	1	1	1	-	1	1	1	1	9	1	
какао-порошок	-	-	-	4	-	-	-	4	-	-	-	-	8	1	
кофейный напиток	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	0,4	
соль йодированная	1	0,4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	

Меню горячих обедов для детей с муковисцидозом, 1-4 класс

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	Понедельник, 1 неделя					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-8с-2020	Суп гороховый	250	8,4	5,7	20,3	166,4
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	250	29,4	30,1	33	520,3
54-1соус-2020	Соус сметанный	50	0,7	4,2	1,6	47,5
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	870	43,6	40,8	102,9	953,3
	Вторник, 1 неделя					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-4с-2020	Рассольник домашний	250	2,4	6,4	14	123,1
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,9	9,3	47,9	318,6
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	120	20,1	21	7,9	300,7
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	890	39,9	37,6	119,4	974,8
	Среда, 1 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	250	2,4	6,3	12,9	117,8
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	160	30,3	40,1	8,6	516,4
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	930	42,4	55,5	100,3	1069,5
	Четверг, 1 неделя					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	30	0,2	0	0,8	4,2
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2,1	6,2	12,1	112,9
54-1г-2020	Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3
54-4м-2020	Котлеты из говядины	150	27,3	27,2	24,6	452,8
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	60
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	940	42,7	43	123,8	1053,1
	Пятница, 1 неделя					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,1	6,2	6,6	90,1
54-12м-2020	Плов с курицей	300	40,8	12,1	49,8	471,9
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	870	48,3	19,2	108,1	798,6
	Суббота, 1 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	2,4	6,4	16,5	133,3
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	250	27,4	28,6	16,6	433,9
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	820	35,4	36	85,5	808,1
	Понедельник, 2 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	250	8,5	5,7	18	157,4

54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	300	30,1	29	25,8	484,4
54-25хн-2020	Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	11,9	58,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	870	43,7	36,6	82,4	833,5
	Вторник, 2 неделя					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	250	2,4	6,4	16,5	133,3
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	200	10,9	9,3	47,9	318,6
54-2м-2020	Гуляш из говядины	120	20,4	20,4	4,6	283,5
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	890	40	37	117,8	963,5
	Среда, 2 неделя					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами (горбуша)	250	9,9	5,1	15,5	147,5
54-1г-2020	Макароны отварные	200	7,1	7,4	43,7	269,3
54-3м-2020	Голубцы ленивые	150	12,7	11,9	9,6	195,9
54-1соус-2020	Соус сметанный	50	0,7	4,2	1,6	47,5
54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	60
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	970	35,5	29,5	110,9	850,4
	Четверг, 2 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	250	2,1	6,2	6,6	90,1
54-17м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	300	35,3	36,1	39,6	624,4
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	870	43	43,3	98,6	955,4
	Пятница, 2 неделя					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	60	0,5	0,1	1,5	8,5
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	250	2,1	6,2	12,1	112,9
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	200	5,9	7,9	40,6	257,1
54-5м-2020	Котлеты из курицы	150	28,6	6,6	20	254,3
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	970	43,4	23	128	893,1
	Суббота, 2 неделя					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	60	0,7	0,1	2,3	12,8
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,2	2,7	22,6	127,5
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	160	30,3	40,1	8,6	516,4
54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	60
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	930	43,4	50,9	120,3	1112,4
	Средние показатели за период	901,7	41,8	37,7	108,2	938,8

Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 1-4 классов, страдающих муковисцидозом

Показатели	Фактические значения	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	938,8 ккал	31,8	2950
Витамин С	72,2 мг	120,3	60
Витамин В1	0,5 мг	41,7	1,2
Витамин В2	0,6 мг	42,9	1,4
Витамин А	845 рет. экв мг	120,7	700
Кальций	189,6 мг	17,2	1100
Фосфор	609,2 мг	36,9	1650
Магний	187,7 мг	75,1	250
Железо	9,5 мг	79,2	12
Калий	964,6 мг	88,0	1100
Йод	0,1 мг	100,0	0,1
Селен	0,02 мг	66,7	0,03

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню обедов для детей 1-4 классов, страдающих муковисцидозом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	60	60	60	89	60	60	60	60	60	60	79	60	767	64
сухари панировочные	4	-	-	17	-	-	-	-	-	5	17	-	42	3
мука пшеничная в/с	3	2	9	3	3	2	-	4	3	3	3	9	40	3
крупа рисовая	-	-	-	-	68	5	-	5	13	-	-	72	163	14
крупа перловая	-	-	10	-	-	-	-	-	-	-	67	-	77	6
крупа гречневая	-	92	-	-	-	-	-	92	-	-	-	-	184	15
фасоль	-	-	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	20	2
горох	20	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	20	2
макаронные изделия в/с	-	-	-	68	-	-	-	-	68	-	-	10	146	12
картофель	366	102	263	27	-	102	280	102	95	337	27	136	1836	153
огурец соленый	-	19	-	-	-	19	-	19	-	-	-	-	56	5
томат	-	68	-	-	68	-	-	-	68	-	-	68	271	23
свекла	-	-	-	50	-	-	-	-	-	-	50	-	100	8
петрушка (корень)	3	-	-	2	1	-	-	-	-	1	2	-	8	1
петрушка (зелень)	-	-	-	-	-	-	-	-	2	-	-	-	2	0,2
перец сладкий	-	-	68	-	-	68	68	-	-	68	-	-	271	23
огурец	68	-	-	34	-	-	-	68	-	-	68	-	237	20
морковь	13	13	13	20	33	21	16	13	20	13	20	13	204	17
лук репчатый	13	13	13	15	25	29	38	30	21	13	15	13	236	20
капуста белокочанная	-	25	38	25	88	239	-	-	113	88	25	-	639	53
томатное пюре	-	-	-	18	18	10	10	11	-	2	18	-	85	7
облепиха	-	-	-	-	-	-	26	-	-	-	-	-	26	2
апельсин	-	-	-	74	-	-	-	-	74	-	-	74	221	18
чернослив	-	-	25	-	-	25	-	-	-	25	-	-	75	6
смесь сухофруктов	25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	25	2

изюм	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	20	-	40	3
курага	-	25	-	-	-	-	-	25	-	-	-	-	50	4
говядина 1 кат.	158	-	-	146	-	151	171	125	68	190	-	-	1009	84
печень говяжья	-	117	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	117	10
куриная грудка (филе)	-	-	-	-	181	-	-	-	-	-	127	-	308	26
горбуша консерв.	-	-	-	-	-	-	-	-	45	-	-	-	45	4
минтай (филе)	-	-	187	-	-	-	-	-	-	-	-	187	374	31
молоко	-	-	32	35	-	-	-	-	-	-	26	-	92	8
сыр российский	-	-	11	-	-	-	-	-	-	-	-	11	23	2
сметана	50	53	107	13	13	13	-	13	50	13	13	94	428	36
масло сливочное	15	11	19	21	-	13	10	16	20	15	12	19	168	14
масло подсолнечное	5	15	19	5	15	6	5	5	-	5	9	17	106	9
яйцо куриное	6	-	-	-	-	-	-	-	-	7	-	-	12	1
сахар-песок	7	7	7	11	7	12	7	7	7	7	11	7	97	8
крахмал картофельный	-	-	-	6	-	-	6	-	6	-	-	6	24	2
соль йодированная	2	3	2	2	1	1	1	1	2	2	1	2	18	2
лавровый лист	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	1	0,1
кислота лимонная	-	-	-	1	1	-	-	-	1	-	1	1	6	0,5

Меню горячих завтраков для детей с муковисцидозом, 5 класс и старше

№ рецептуры (11 л. и старше)	Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал.
Понедельник, 1 неделя						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	12,4	0,1	112,2
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	300	28	23,9	54,6	544,8
54-2гн-2020	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Джем из абрикосов	40	0,2	0	28,8	115,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	585	30,5	36,7	101,8	858,3
Вторник, 1 неделя						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	45	10,4	13,3	0	161,2
54-11м-2020	Плов из отварной говядины	350	26,8	27	67,5	620,2
54-4гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и медом	200	0,3	0,1	9	37,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	625	39,5	40,8	88,4	878
Среда, 1 неделя						
54-11к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	310	13,4	18,9	57,3	452,4
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-9гн-2020	Кофейный напиток с молоком	200	3,9	3,5	11,1	91,1
Пром.	Мандарин	140	1,1	0,3	10,5	49
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	720	25,2	27,1	91,1	707,8
Четверг, 1 неделя						
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	350	41,2	42,1	46,2	728,5
54-8гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	580	46,7	45,9	80,4	920,6
Пятница, 1 неделя						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	45	10,4	13,3	0	161,2
54-5к-2020	Каша вязкая молочная кукурузная с клюквой	310	10,7	15,8	65,3	446,3
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	785	24,1	30,4	103,4	782,9
Суббота, 1 неделя						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	12,4	0,1	112,2
54-2о-2020	Омлет с зеленым горошком	300	19,3	22,9	9,4	321
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Банан	150	2,3	0	33,6	143,4
	Итого	695	25,3	37,2	63,6	688,8
Понедельник, 2 неделя						
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	45	10,4	13,3	0	161,2
54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная	300	12,4	17,5	56,3	431,9
54-5гн-2020	Чай черный байховый с ягодами и медом	200	0,3	0,1	9,3	39,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	575	25,1	31,3	77,5	691
Вторник, 2 неделя						
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	12,4	0,1	112,2
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3
54-1м-2020	Бефстроганов из отварной говядины	240	36	37,5	5,7	504,6
54-8гн-2020	Какао с молоком сгущенным	200	3,5	3,4	22,3	133,4

Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	685	46,4	60,9	88,6	1087,2
	Среда, 2 неделя					
54-14к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	310	12,3	16	65,7	455,6
54-6о-2020	Яйцо вареное	40	4,8	4	0,3	56,6
54-2гн-2020	Чай черный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,8
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Мандарин	140	1,1	0,3	10,5	49
	Итого	720	20,4	20,7	94,8	646,7
	Четверг, 2 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	45	10,4	13,3	0	161,2
54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	300	28	23,9	54,6	544,8
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
Пром.	Джем из абрикосов	40	0,2	0	28,8	115,8
	Итого	615	40,8	37,7	101,9	908,4
	Пятница, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	15	0,1	12,4	0,1	112,2
54-1о-2020	Омлет натуральный	300	25,3	38,7	6,3	474,5
54-5гн-2020	Чай черный байховый со смородиной и медом	200	0,3	0,1	9,3	39,2
Пром.	Банан	150	2,3	0	33,6	143,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	695	30	51,6	61,2	828
	Суббота, 2 неделя					
54-10г-2020	Картофель отварной в молоке	250	7,5	9,6	44,2	293,3
54-10р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	210	34,2	23,7	13,2	403
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7
	Итого	690	45,3	35,2	77,9	808,5
	Средние показатели за период	664,2	33,3	38	85,9	817,2

Энергетическая и биологическая ценность завтраков для детей 5 классов и старше, страдающих муковисцидозом

Показатели	Фактические значения	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	817,2 ккал	23,3	3513
Витамин С	20,2 мг	28,9	70
Витамин В1	0,3 мг	21,4	1,4
Витамин В2	0,6 мг	37,5	1,6
Витамин А	706,6 рет. экв мг	78,5	900
Кальций	373,8 мг	31,2	1200
Фосфор	559,1 мг	31,1	1800
Магний	125,1 мг	41,7	300
Железо	6,5 мг	38,2	17
Калий	845,9 мг	87,2	1200
Йод	0,08 мг	66,7	0,12
Селен	0,03 мг	60,0	0,05

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню завтраков для детей 5 классов и старше, страдающих муковисцидозом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
хлеб	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	360	30
сухари панировочные	8	-	-	5	-	-	-	-	-	8	-	-	-	21	2

мука пшеничная в/с	-	-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	13	16	1
крупа рисовая	-	95	-	-	-	-	-	72	-	-	-	-	167	14
крупа пшеничная Артек	-	-	-	-	-	-	-	-	74	-	-	-	74	6
крупа овсяная	-	-	74	-	-	-	-	-	-	-	-	-	74	6
крупа манная	30	-	-	-	-	-	-	-	-	30	-	-	60	5
крупа кукурузная	-	-	-	-	84	-	-	-	-	-	-	-	84	7
крупа пшеничная	-	-	-	-	-	-	75	-	-	-	-	-	75	6
картофель	-	-	-	393	-	-	-	-	-	-	-	303	695	58
петрушка (корень)	-	-	-	-	-	-	-	4	-	-	-	11	14	1
морковь	235	44	-	-	-	-	-	22	-	235	-	66	601	50
лук репчатый	-	18	-	-	-	-	-	6	-	-	-	37	60	5
томатное пюре	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	19	19	2
горошек зел. консерв.	-	-	-	-	-	90	-	-	-	-	-	-	90	7
джем из абрикосов	40	-	-	-	-	-	-	-	-	40	-	-	80	7
банан	-	-	-	-	-	150	-	-	-	-	150	-	300	25
смородина черная	-	-	-	-	-	-	8	-	-	-	8	-	15	1
клюква	-	-	-	-	16	-	-	-	-	-	-	-	16	1
яблоко	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	-	-	200	17
мандарин	-	-	140	-	-	-	-	-	140	-	-	-	280	23
лимон	-	8	-	-	8	-	-	-	-	8	-	-	24	2
изюм	-	-	-	-	-	-	-	-	-	15	-	-	15	1
курага	-	-	16	-	-	-	-	-	-	-	-	-	16	1
говядина 1 кат.	-	128	-	222	-	-	-	219	-	-	-	-	569	47
горбуша (филе)	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	190	190	16
молоко	46	-	248	-	148	170	156	-	157	46	115	125	1210	101
молоко сгущенное с сахаром	-	-	-	38	-	-	-	38	-	-	-	-	76	6
творог	112	-	-	-	-	-	-	-	-	112	-	-	224	19
сыр российский	-	47	-	-	47	-	47	-	-	47	-	-	187	16
сметана	8	-	-	-	-	-	-	60	-	8	-	-	76	6
масло сливочное	30	14	15	18	15	25	15	27	15	15	38	-	226	19
масло подсолнечное	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	23	23	2
яйцо куриное	13	-	44	8	-	132	-	-	44	13	203	-	457	38
сахар-песок	19	-	11	3	11	7	5	3	11	19	-	12	102	9
мед пчелиный	-	12	-	-	-	-	12	-	-	-	12	-	36	3
чай черный байховый	1	1	-	-	1	1	1	-	1	1	1	1	9	1
какао-порошок	-	-	-	4	-	-	-	4	-	-	-	-	8	1
кофейный напиток	-	-	5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	5	0,4
соль йодированная	1	0,4	2	2	2	1	2	1	2	1	1	1	14	1

Меню горячих обедов для детей с муковисцидозом, 5 класс и старше

№ рецептуры (11 л. и старше)	Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал.
Понедельник, 1 неделя						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	120	1	0,1	3	16,9
54-8с-2020	Суп гороховый	300	10,1	6,9	24,4	199,7
54-13м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	300	35,3	36,1	39,6	624,4
54-1соус-2020	Соус сметанный	50	0,7	4,2	1,6	47,5
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1030	51,7	48	115,1	1099,1
Вторник, 1 неделя						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	120	1,3	0,2	4,6	25,7
54-4с-2020	Рассольник домашний	300	2,9	7,6	16,8	147,7
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	250	13,7	11,6	59,8	398,2
54-18м-2020	Печень говяжья по-строгановски	120	20,1	21	7,9	300,7
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1050	43,8	41,2	136,4	1091,9
Среда, 1 неделя						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	120	1,6	0,1	5,9	30,8
54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой (крупа перловая)	300	2,9	7,5	15,5	141,3
54-11г-2020	Картофельное пюре	250	5,1	10,1	32,9	243
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	160	30,3	40,1	8,6	516,4
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1090	44,7	58,7	112,4	1157
Четверг, 1 неделя						
54-2з-2020	Огурец в нарезке	120	1	0,1	3	16,9
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	300	2,6	7,4	14,5	135,4
54-1г-2020	Макароны отварные	300	10,6	11	65,5	404
54-4м-2020	Котлеты из говядины	150	27,3	27,2	24,6	452,8
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	60
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1180	47,5	47,9	150,2	1223
Пятница, 1 неделя						
54-3з-2020	Помидор в нарезке	120	1,3	0,2	4,6	25,7
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	300	2,5	7,4	7,9	108,2
54-12м-2020	Плов с курицей	350	47,7	14,2	58,1	550,6
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1030	56,2	22,6	120	908,3
Суббота, 1 неделя						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	120	1,6	0,1	5,9	30,8
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	300	2,9	7,7	19,8	160
54-10м-2020	Капуста тушеная с мясом	350	38,4	40,1	23,3	607,4
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1030	47,7	48,8	98,5	1023,7
Понедельник, 2 неделя						
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	120	1,6	0,1	5,9	30,8
54-9с-2020	Суп картофельный с фасолью	300	10,2	6,9	21,6	188,9
54-9м-2020	Жаркое по-домашнему	350	35,1	33,8	30,1	565,1
54-25хн-2020	Кисель из облепихи	200	0,3	1,1	11,9	58,9
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4

	Итого	1030	51,2	42,6	93,3	961,1
	Вторник, 2 неделя					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	120	1	0,1	3	16,9
54-3с-2020	Рассольник Ленинградский	300	2,9	7,7	19,8	160
54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	250	13,7	11,6	59,8	398,2
54-2м-2020	Гуляш из говядины	240	40,8	40,8	9,3	567
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1170	64,2	61	139,2	1361,7
	Среда, 2 неделя					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	120	1,3	0,2	4,6	25,7
54-12с-2020	Суп с рыбными консервами (горбуша)	300	11,9	6,1	18,6	177
54-1г-2020	Макаронны отварные	300	10,6	11	65,5	404
54-3м-2020	Голубцы ленивые	225	19	17,8	14,4	293,9
54-1соус-2020	Соус сметанный	50	0,7	4,2	1,6	47,5
54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	60
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1205	47,2	35,9	141,3	1078
	Четверг, 2 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	120	1,6	0,1	5,9	30,8
54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	300	2,5	7,4	7,9	108,2
54-17м-2020	Запеканка картофельная с говядиной	350	41,2	42,1	46,2	728,5
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1030	50,1	50,5	109,5	1093
	Пятница, 2 неделя					
54-2з-2020	Огурец в нарезке	120	1	0,1	3	16,9
54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	300	2,6	7,4	14,5	135,4
54-5г-2020	Каша перловая рассыпчатая	250	7,3	9,9	50,8	321,4
54-5м-2020	Котлеты из курицы	225	42,9	9,9	30,1	381,4
54-3соус-2020	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1205	60,1	29,5	152,2	1115,4
	Суббота, 2 неделя					
54-3з-2020	Помидор в нарезке	120	1,3	0,2	4,6	25,7
54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	300	3,8	3,2	27,2	153
54-6г-2020	Рис отварной	250	6	9	60,7	347,9
54-9р-2020	Рыба, запеченная в сметанном соусе (минтай)	160	30,3	40,1	8,6	516,4
54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	200	0,4	0,1	14,4	60
Пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4
	Итого	1090	45,8	53,3	139,3	1220,4
	Средние показатели за период	1099,2	50,9	45,4	125,8	1115

**Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 5 классов и старше,
страдающих муковисцидозом**

Показатели	Фактические значения	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	1115 ккал	31,7	3513
Витамин С	124,3 мг	177,6	70
Витамин В1	0,6 мг	42,9	1,4
Витамин В2	0,7 мг	43,8	1,6
Витамин А	974,8 рет. экв мг	108,3	900
Кальций	221,6 мг	18,5	1200
Фосфор	726,5 мг	40,4	1800
Магний	225,9 мг	75,3	300
Железо	11,4 мг	67,1	17
Калий	1066,9 мг	88,5	1200
Йод	0,1 мг	83,3	0,12
Селен	0,02 мг	40,0	0,05

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню обедов для детей 5 классов и старше, страдающих муковисцидозом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб	60	60	60	89	60	60	60	60	60	60	88	60	777	65
сухари панировочные	5	-	-	17	-	-	-	-	-	5	25	-	51	4
мука пшеничная в/с	3	2	9	3	3	3	-	8	3	3	3	9	46	4
крупа рисовая	-	-	-	-	79	6	-	6	17	-	-	90	199	17
крупа перловая	-	-	12	-	-	-	-	-	-	-	83	-	95	8
крупа гречневая	-	115	-	-	-	-	-	115	-	-	-	-	230	19
фасоль	-	-	-	-	-	-	24	-	-	-	-	-	24	2
горох	24	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	24	2
макаронные изделия в/с	-	-	-	102	-	-	-	-	102	-	-	12	216	18
картофель	439	122	326	33	-	122	329	122	114	393	33	163	2196	183
огурец соленый	-	23	-	-	-	23	-	23	-	-	-	-	68	6
томат	-	136	-	-	136	-	-	-	136	-	-	136	542	45
свекла	-	-	-	60	-	-	-	-	-	-	60	-	120	10
петрушка (корень)	4	-	-	2	1	-	-	-	-	1	2	-	9	1
петрушка (зелень)	-	-	-	-	-	-	-	-	3	-	-	-	3	0,2
перец сладкий	-	-	136	-	-	136	136	-	-	136	-	-	542	45
огурец	136	-	-	136	-	-	-	136	-	-	136	-	542	45
морковь	15	15	15	23	38	27	19	15	24	15	23	15	244	20
лук репчатый	15	15	15	17	30	38	45	50	29	15	17	15	302	25
капуста белокочанная	-	30	45	30	105	334	-	-	169	105	30	-	848	71
томатное пюре	-	-	-	19	21	14	11	22	-	2	19	-	108	9
облепиха	-	-	-	-	-	-	26	-	-	-	-	-	26	2
апельсин	-	-	-	74	-	-	-	-	74	-	-	74	221	18
чернослив	-	-	25	-	-	25	-	-	-	25	-	-	75	6
смесь сухофруктов	25	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	25	2
изюм	-	-	-	-	20	-	-	-	-	-	20	-	40	3
курага	-	25	-	-	-	-	-	25	-	-	-	-	50	4
говядина I кат.	190	-	-	146	-	211	200	251	102	222	-	-	1320	110
печень говяжья	-	117	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	117	10

куриная грудка (филе)	-	-	-	-	211	-	-	-	-	-	190	-	401	33
горбуша консерв.	-	-	-	-	-	-	-	-	54	-	-	-	54	5
минтай (филе)	-	-	187	-	-	-	-	-	-	-	-	187	374	31
молоко	-	-	40	35	-	-	-	-	-	-	39	-	113	9
сыр	-	-	11	-	-	-	-	-	-	-	-	11	23	2
сметана	50	55	109	15	15	15	-	15	50	15	15	94	448	37
масло сливочное	18	13	21	26	-	18	11	24	27	18	14	21	210	17
масло подсолнечное	6	16	20	6	18	7	6	6	-	6	12	17	120	10
яйцо куриное	7	-	-	-	-	-	-	-	-	8	-	-	14	1
сахар-песок	7	7	7	11	7	14	7	7	7	7	11	7	100	8
крахмал картофельный	-	-	-	6	-	-	6	-	6	-	-	6	24	2
соль йодированная	2	3	2	2	1	1	1	2	2	2	2	2	22	2
лавровый лист	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,2	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	0,1	1	0,1
кислота лимонная	-	-	-	1	1	-	-	-	1	-	1	1	6	0,5

Меню горячих завтраков для детей с целиакией, 1-4 класс

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	Понедельник, 1 неделя					
54-8к-2020	Каша вязкая молочная пшениная с курагой	210	8,8	11,7	42,1	308,7
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	12,6	15,5	76,7	496,1
	Вторник, 1 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-4о-2020	Омлет с сыром	150	19	26,6	2,9	326,9
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	420	21,5	37,3	35,6	563,5
	Среда, 1 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	5	7	23,9	178
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	8,9	19,1	58,6	440,2
	Четверг, 1 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-7т-2020	Творожно-пшениная запеканка	150	10,1	6,9	14,1	159,3
Пром.	Джем фруктовый	30	0,2	0	21,6	86,9
54-1гн-2020	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,2	0	0,1	1,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	19,7	18,1	61,8	489
	Пятница, 1 неделя					
54-7к-2020	Каша вязкая молочная пшениная с изюмом	210	8,5	11,7	43,5	313,2
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	12,3	15,5	78,1	500,6
	Суббота, 1 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-3о-2020	Омлет с морковью	150	11,1	16,3	5,1	210,9
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	420	13,6	27	37,8	447,5
	Понедельник, 2 неделя					
54-8к-2020	Каша вязкая молочная пшениная с курагой	210	8,8	11,7	42,1	308,7
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	12,6	15,5	76,7	496,1
	Вторник, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-4о-2020	Омлет с сыром	150	19	26,6	2,9	326,9
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	420	21,5	37,3	35,6	563,5

	Среда, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-16к-2020	Каша "Дружба"	200	5	7	23,9	178
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	8,9	19,1	58,6	440,2
	Четверг, 2 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-7т-2020	Творожно-пшениная запеканка	150	10,1	6,9	14,1	159,3
Пром.	Джем фруктовый	30	0,2	0	21,6	86,9
54-1гн-2020	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,2	0	0,1	1,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	19,7	18,1	61,8	489
	Пятница, 2 неделя					
54-7к-2020	Каша вязкая молочная пшениная с изюмом	210	8,5	11,7	43,5	313,2
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	12,3	15,5	78,1	500,6
	Суббота, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-3о-2020	Омлет с морковью	150	11,1	16,3	5,1	210,9
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	420	13,6	27	37,8	447,5
	Средние показатели за период	453,3	14,8	22,1	58,1	489,5

Энергетическая и биологическая ценность горячих завтраков для детей 1-4 классов, страдающих целиакией

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	489,5 ккал	21	2350
Витамин С	1,2 мг	2,0	60
Витамин В1	0,2 мг	16,7	1,2
Витамин В2	0,3 мг	21,4	1,4
Витамин А	229,3 рет. экв.	32,8	700
Кальций	229,4 мг	20,9	1100
Фосфор	249,2 мг	15,1	1650
Магний	45 мг	18,0	250
Железо	2,3 мг	19,2	12
Калий	281,3 мг	25,6	1100
Йод	0,04 мг	40,0	0,1
Селен	0,01 мг	33,3	0,03

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню завтраков для детей 1-4 классов, страдающих целиакией, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб безглютеновый	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	720	60
крупа пшеничная	50	-	11	20	50	-	50	-	11	20	50	-	262	22
крупа рисовая	-	-	15	-	-	-	-	-	15	-	-	-	30	3
морковь	-	-	-	-	-	48	-	-	-	-	-	48	97	8
лимон	-	8	-	-	-	8	-	8	-	-	-	8	32	3
джем из абрикосов	-	-	-	30	-	-	-	-	-	30	-	-	60	5
изюм	-	-	-	-	10	-	-	-	-	-	10	-	20	2
курага	11	-	-	-	-	-	11	-	-	-	-	-	21	2
молоко	154	54	152	-	154	48	154	54	152	-	154	48	1124	94
творог	-	-	-	40	-	-	-	-	-	40	-	-	80	7
сыр российский	-	35	-	31	-	-	-	35	-	31	-	-	131	11
масло сливочное	10	21	15	3	10	20	10	21	15	3	10	20	157	13
яйцо куриное	-	94	-	11	-	85	-	94	-	11	-	85	381	32
сахар-песок	10	7	10	-	10	7	10	7	10	-	10	7	88	7,33
чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1
соль йодированная	1	0,4	1	0,3	1	0,4	1	0,4	1	0,3	1	0,4	8	0,7

Меню горячих обедов для детей с целиакией, 1-4 класс

№ рецептуры (7-11 л.)	Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал.
	Понедельник, 1 неделя					
54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	250	1,5	2,1	12	73
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	80	13,2	9,3	2,3	146,1
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	770	20,1	21,8	71,6	562,5
	Вторник, 1 неделя					
54-7з-2020	Салат из белокачанной капусты	60	1,6	6,1	6,4	86,8
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-19м-2020	Печень тертая	60	8,5	15,1	3,5	184,4
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	790	18,2	36,4	95,3	782,6
	Среда, 1 неделя					
54-18з-2020	Салат из свеклы с черносливом	60	0,9	3,3	7,8	63,7
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	10,5	6,2	2,3	106,7
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	770	19,1	20,8	73,7	556,7
	Четверг, 1 неделя					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-14с-2020	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250	1,6	4,6	10,9	91,3
54-18г-2020	Макароны безглютеновые отварные	150	3,5	5,1	34,3	197
54-20м-2020	Говядина отварная	60	17,1	13,7	0,3	192,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	790	25,6	35,5	91,6	788,4
	Пятница, 1 неделя					
54-10з-2020	Салат из капусты с овощами	60	1,7	4	1,7	50
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	250	1,5	2,1	12	73
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	80	13,2	9,3	2,3	146,1
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	770	21,2	22,7	71,5	575
	Суббота, 1 неделя					
54-7з-2020	Салат из белокачанной капусты	60	1,6	6,1	6,4	86,8
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7

54-21м-2020	Курица отварная	60	19,3	1,5	0,7	92,9
54-6соус 2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	790	29	22,8	92,5	691,1
	Понедельник, 2 неделя					
54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	250	1,5	2,1	12	73
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	80	13,2	9,3	2,3	146,1
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	770	20,1	21,8	71,6	562,5
	Вторник, 2 неделя					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,4	86,8
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-19м-2020	Печень тертая	60	8,5	15,1	3,5	184,4
54-6соус- 2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	790	18,2	36,4	95,3	782,6
	Среда, 2 неделя					
54-18з-2020	Салат из свеклы с черносливом	60	0,9	3,3	7,8	63,7
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	10,5	6,2	2,3	106,7
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	770	19,1	20,8	73,7	556,7
	Четверг, 2 неделя					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-14с-2020	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250	1,6	4,6	10,9	91,3
54-18г-2020	Макаронные безглютеновые отварные	150	3,5	5,1	34,3	197
54-20м-2020	Говядина отварная	60	17,1	13,7	0,3	192,8
54-6соус- 2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	790	25,6	35,5	91,6	788,4
	Пятница, 2 неделя					
54-10з-2020	Салат из капусты с овощами	60	1,7	4	1,7	50
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	250	1,5	2,1	12	73
54-11г-2020	Картофельное пюре	150	3,1	6,1	19,8	145,8
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	80	13,2	9,3	2,3	146,1
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	770	21,2	22,7	71,5	575
	Суббота, 2 неделя					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,4	86,8

54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-6г-2020	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7
54-21м-2020	Курица отварная	60	19,3	1,5	0,7	92,9
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	30	1,1	1,2	13	66,9
	Итого	790	29	22,8	92,5	691,1
	Средние показатели за период	780	22,2	26,7	82,7	659,4

Энергетическая и биологическая ценность горячих обедов для детей 1-4 классов, страдающих целиакией

Показатели	Фактические значения по меню обедов	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	659,4 ккал	28	2350
Витамин С	34,3 мг	57,2	60
Витамин В1	0,3 мг	25,0	1,2
Витамин В2	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин А	796,2 рет. экв.	113,7	700
Кальций	163,1 мг	14,8	1100
Фосфор	319,4 мг	19,4	1650
Магний	102,1мг	40,8	250
Железо	4 мг	33,3	12
Калий	1215,7мг	110,5	1100
Йод	0,01 мг	100,0	0,1
Селен	0,02 мг	66,7	0,03

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню обедов для детей 1-4 классов, страдающих целиакией, в пересчете на одного питающегося,

в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб безглютеновый	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	360	30
мука рисовая	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	14	1
крупа рисовая	10	54	-	-	10	54	10	54	-	-	10	54	256	21
макаронные изделия безглютеновые	-	-	-	52	-	-	-	-	-	52	-	-	104	9
картофель	206	34	205	27	206	34	206	34	205	27	206	34	1426	119
петрушка (зелень)	2	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	5	32	3
свекла	-	-	62	50	-	-	-	-	62	50	-	-	225	19
томат	33	14	14	-	17	14	33	14	14	-	17	14	184	15
огурец	43	-	-	-	36	-	43	-	-	-	36	-	157	13
морковь	16	20	13	64	16	20	16	20	13	64	16	20	298	25
капуста белокочанная	-	155	62	25	-	155	-	155	62	25	-	155	794	66
капуста цветная	-	-	-	-	28	-	-	-	-	-	28	-	56	5
лук зеленый	8	-	-	-	-	-	8	-	-	-	-	-	16	1
лук репчатый	23	34	26	15	23	17	23	34	26	15	23	17	276	23
яблоко	-	-	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	41	3
чернослив	-	-	8	25	-	-	-	-	8	25	-	-	65	5
смесь сухофруктов	25	-	-	-	25	-	25	-	-	-	25	-	100	8
курага	-	-	25	-	-	-	-	-	25	-	-	-	50	4
изюм	-	20	-	-	-	20	-	20	-	-	-	20	80	7
говядина 1 кат.	-	-	-	110	-	-	-	-	-	110	-	-	220	18
печень говяжья	-	46	-	-	-	-	-	46	-	-	-	-	92	8
куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	98	-	-	-	-	-	98	195	16
горбуша (филе)	72	-	-	-	72	-	72	-	-	-	72	-	289	24
минтай (филе)	-	-	72	-	-	-	-	-	72	-	-	-	145	12
молоко	50	30	50	30	50	30	50	30	50	30	50	30	478	40
масло сливочное	7	30	7	5	7	12	7	30	7	5	7	12	135	11
масло подсолнечное	11	10	14	16	11	10	11	10	14	16	11	10	145	12
яйцо куриное	-	7	-	-	9	-	-	7	-	-	9	-	30	3
сахар-песок	7	9	7	10	7	9	7	9	7	10	7	9	96	8
соль йодированная	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	18	2
кислота лимонная	-	5	-	-	-	5	-	5	-	-	-	5	18	2

Меню горячих завтраков для детей с целиакией, 5 класс и старше

№ рецептуры (11 лет и старше)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	Понедельник, 1 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-8к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с курагой	260	10,9	14,4	52,2	382,2
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	580	15,5	18,3	89,7	585
	Вторник, 1 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-4о-2020	Омлет с сыром	200	25,3	35,4	3,9	435,9
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	27,8	46,1	36,6	672,5
	Среда, 1 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-16к-2020	Каша "Дружба"	250	6,2	8,7	29,9	222,6
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	520	10,1	20,8	64,6	484,8
	Четверг, 1 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-7т-2020	Творожно-пшеничная запеканка	200	13,5	9,2	18,8	212,5
Пром.	Джем фруктовый	40	0,2	0	28,8	115,8
54-1гн-2020	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,2	0	0,1	1,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	530	23,1	20,4	73,7	571,1
	Пятница, 1 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-7к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с изюмом	260	10,5	14,5	53,8	387,7
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	580	15,1	18,4	91,3	590,5
	Суббота, 1 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-3о-2020	Омлет с морковью	200	14,8	21,7	6,8	281,2
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	17,3	32,4	39,5	517,8
	Понедельник, 2 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-8к-2020	Каша вязкая молочная пшеничная с курагой	260	10,9	14,4	52,2	382,2
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	580	15,5	18,3	89,7	585
	Вторник, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-4о-2020	Омлет с сыром	200	25,3	35,4	3,9	435,9

54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого за Завтрак	470	27,8	46,1	36,6	672,5
	Среда, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-16к-2020	Каша "Дружба"	250	6,2	8,7	29,9	222,6
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	520	10,1	20,8	64,6	484,8
	Четверг, 2 неделя					
54-1з-2020	Сыр твердых сортов в нарезке	30	7	8,9	0	107,5
54-7т-2020	Творожно-пшениная запеканка	200	13,5	9,2	18,8	212,5
Пром.	Джем фруктовый	40	0,2	0	28,8	115,8
54-1гн-2020	Чай черный байховый (без сахара)	200	0,2	0	0,1	1,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	530	23,1	20,4	73,7	571,1
	Пятница, 2 неделя					
54-4з-2020	Перец болгарский в нарезке	60	0,8	0,1	2,9	15,4
54-7к-2020	Каша вязкая молочная пшениная с изюмом	260	10,5	14,5	53,8	387,7
54-6гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сахаром	200	1,6	1,5	8,6	53,5
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	580	15,1	18,4	91,3	590,5
	Суббота, 2 неделя					
53-19з-2020	Масло сливочное (порциями)	10	0,1	8,3	0,1	74,8
54-3о-2020	Омлет с морковью	200	14,8	21,7	6,8	281,2
54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	470	17,3	32,4	39,5	517,8
	Средние показатели за период	525	18,2	26,1	65,9	570,3

Энергетическая и биологическая ценность горячих завтраков для детей 5 классов и старше, страдающих целиакией

Показатели	Фактические значения по меню завтраков	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	570,3 ккал	21	2713
Витамин С	41,4 мг	59,1	70,0
Витамин В1	0,2мг	14,3	1,4
Витамин В2	0,4 мг	25	1,6
Витамин А	336,6 рет. экв	37,4	900,0
Кальций	276,1 мг	23,0	1200,0
Фосфор	309,8 мг	17,2	1800,0
Магний	56,3 мг	18,8	300,0
Железо	2,8 мг	16,5	17,0
Калий	375,5 мг	31,3	1200,0
Йод	0,05 мг	42	0,12
Селен	0,02 мг	40	0,05

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню завтраков для детей 5 классов и старше, страдающих целиакией, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12			
хлеб безглютеновый	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	720	60
крупа пшеничная	62	-	14	27	62	-	62	-	14	27	62	-	329	27	
крупа рисовая	-	-	19	-	-	-	-	-	19	-	-	-	38	3	
перец сладкий	68	-	-	-	68	-	68	-	-	-	68	-	271	23	
морковь	-	-	-	-	-	65	-	-	-	-	-	65	129	11	
лимон	-	8	-	-	-	8	-	8	-	-	-	8	32	3	
джем из фруктов	-	-	-	40	-	-	-	-	-	40	-	-	80	7	
изюм	-	-	-	-	13	-	-	-	-	-	13	-	25	2	
курага	13	-	-	-	-	-	13	-	-	-	-	-	26	2	
молоко	179	71	178	-	179	65	179	71	178	-	179	65	1342	112	
творог	-	-	-	53	-	-	-	-	-	53	-	-	107	9	
сыр российский	-	46	-	31	-	-	-	46	-	31	-	-	155	13	
масло сливочное	12	24	16	4	12	23	12	24	16	4	12	23	185	15	
яйцо куриное	-	126	-	15	-	114	-	126	-	15	-	114	508	42	
сахар-песок	11	7	11	-	11	7	11	7	11	-	11	7	92	8	
чай черный байховый	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	12	1	
соль йодир.	1	1	1	0,4	1	1	1	1	1	0,4	1	1	10	1	

Меню горячих обедов для детей с целиакией, 5 класс и старше

№ рецептуры (11 лет и старше)	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
Понедельник, 1 неделя						
54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	250	1,5	2,1	12	73
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	80	13,2	9,3	2,3	146,1
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	850	22,2	24,9	91,2	678,1
Вторник, 1 неделя						
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,4	86,8
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3
54-19м-2020	Печень тертая	80	11,3	20,2	4,7	245,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	890	23,3	44,4	121,7	980,6
Среда, 1 неделя						
54-18з-2020	Салат из свеклы с черносливом	60	0,9	3,3	7,8	63,7
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	10,5	6,2	2,3	106,7
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	850	21,2	23,9	93,3	672,3
Четверг, 1 неделя						
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-14с-2020	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250	1,6	4,6	10,9	91,3
54-18г-2020	Макаронные безглютеновые отварные	200	4,7	6,8	45,7	262,7
54-20м-2020	Говядина отварная	80	22,7	18,3	0,4	257
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	890	33,5	42,9	116,1	985,3
Пятница, 1 неделя						
54-10з-2020	Салат из капусты с овощами	60	1,7	4	1,7	50
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	250	1,5	2,1	12	73
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	80	13,2	9,3	2,3	146,1
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	850	23,3	25,8	91,1	690,6
Суббота, 1 неделя						
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,4	86,8
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3

54-21м-2020	Курица отварная	80	25,7	1,9	0,9	123,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	890	37,7	26,1	117,9	858,6
	Понедельник, 2 неделя					
54-5з-2020	Салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,6	3,1	1,8	37,5
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	250	1,5	2,1	12	73
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-10р-2020	Рыба тушеная в томате с овощами (горбуша)	80	13	9	5	153,5
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	850	22	24,6	93,9	685,5
	Вторник, 2 неделя					
54-6з-2020	Салат из белокочанной капусты с помидорами и огурцами	60	1,4	6,6	2,1	73,5
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3
54-19м-2020	Печень тертая	80	11,3	20,2	4,7	245,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	890	23,1	44,9	117,4	967,3
	Среда, 2 неделя					
54-18з-2020	Салат из свеклы с черносливом	60	0,9	3,3	7,8	63,7
54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-7р-2020	Рыба, припущенная в молоке (минтай)	80	10,5	6,2	2,3	106,7
54-5хн-2020	Компот из кураги	200	1,8	0,1	23,5	102,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	850	21,2	23,9	93,3	672,3
	Четверг, 2 неделя					
54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	60	0,5	6,1	4,3	74,3
54-14с-2020	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский	250	1,6	4,6	10,9	91,3
54-18г-2020	Макаронные безглютеновые отварные	200	4,7	6,8	45,7	262,7
54-20м - 2020	Говядина отварная	80	22,7	18,3	0,4	257
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-3хн-2020	Компот из чернослива	200	0,8	0,2	25,7	108,1
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	890	33,5	42,9	116,1	985,3
	Пятница, 2 неделя					
54-10з-2020	Салат из капусты с овощами	60	1,7	4	1,7	50
54-15с-2020	Рассольник ленинградский с рисом	250	1,5	2,1	12	73
54-11г-2020	Картофельное пюре	200	4,1	8,1	26,4	194,4
54-6р-2020	Рыба, припущенная в молоке (горбуша)	80	13,2	9,3	2,3	146,1
54-7хн-2020	Компот из смеси сухофруктов	200	0,6	0	22,7	93,2
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	850	23,3	25,8	91,1	690,6
	Суббота, 2 неделя					
54-7з-2020	Салат из белокочанной капусты	60	1,6	6,1	6,4	86,8

54-13с-2020	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,7	3,9	7,3	71,4
54-6г-2020	Рис отварной	200	4,8	7,2	48,6	278,3
54-21м-2020	Курица отварная	80	25,7	1,9	0,9	123,8
54-6соус-2020	Соус молочный безглютеновый	40	1	4,6	3,1	58
54-6хн-2020	Компот из изюма	200	0,7	0,1	25,6	106,4
Пром.	Хлеб безглютеновый	60	2,2	2,3	26	133,9
	Итого	890	37,7	26,1	117,9	858,6
	Средние показатели за период	870	26,8	31,4	105,1	810,4

Энергетическая и биологическая ценность обедов для детей 5 классов и старше, страдающих сахарным диабетом

Показатели	Фактические значения по меню обедов	Удельный вес от рекомендуемой величины на сутки (%)	Рекомендуемые значения на сутки
Калорийность	810,4 ккал	30	2713
Витамин С	34,8 мг	49,7	70,0
Витамин В1	0,4 мг	28,6	1,4
Витамин В2	0,5 мг	31	1,6
Витамин А	948,7 рет. экв	105,4	900,0
Кальций	169,1 мг	14,1	1200,0
Фосфор	365,3 мг	20,3	1800,0
Магний	115 мг	38,3	300,0
Железо	4,6 мг	27,1	17,0
Калий	1355,3 мг	112,9	1200,0
Йод	0,01 мг	83	0,12
Селен	0,02 мг	40	0,05

Количество продуктов по дням цикла, необходимых для приготовления блюд меню обедов для детей 11 лет и старше, страдающих сахарным диабетом, в пересчете на одного питающегося, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
хлеб безглютеновый	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	360	30
мука рисовая	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	-	2	14	1
крупа рисовая	10	54	-	-	10	54	10	54	-	-	10	54	256	21
макаронные изделия безглютеновые	-	-	-	52	-	-	-	-	-	52	-	-	104	9
картофель	206	34	205	27	206	34	206	34	205	27	206	34	1426	119
петрушка (зелень)	2	2	2	2	2	5	2	2	2	2	2	5	32	3
свекла	-	-	62	50	-	-	-	-	62	50	-	-	225	19
томат	33	14	14	-	17	14	33	14	14	-	17	14	184	15
огурец	43	-	-	-	36	-	43	-	-	-	36	-	157	13
морковь	16	20	13	64	16	20	16	20	13	64	16	20	298	25
капуста белокочанная	-	155	62	25	-	155	-	155	62	25	-	155	794	66
капуста цветная	-	-	-	-	28	-	-	-	-	-	28	-	56	5
лук зеленый	8	-	-	-	-	-	8	-	-	-	-	-	16	1
лук репчатый	23	34	26	15	23	17	23	34	26	15	23	17	276	23
яблоко	-	-	-	20	-	-	-	-	-	20	-	-	41	3
чернослив	-	-	8	25	-	-	-	-	8	25	-	-	65	5
смесь сухофруктов	25	-	-	-	25	-	25	-	-	-	25	-	100	8
курага	-	-	25	-	-	-	-	-	25	-	-	-	50	4
изюм	-	20	-	-	-	20	-	20	-	-	-	20	80	7
говядина 1 кат.	-	-	-	110	-	-	-	-	-	110	-	-	220	18
печень говяжья	-	46	-	-	-	-	-	46	-	-	-	-	92	8
куриная грудка (филе)	-	-	-	-	-	98	-	-	-	-	-	98	195	16

горбуша (филе)	72	-	-	-	72	-	72	-	-	-	72	-	289	24
минтай (филе)	-	-	72	-	-	-	-	-	72	-	-	-	145	12
молоко	50	30	50	30	50	30	50	30	50	30	50	30	478	40
масло сливочное	7	30	7	5	7	12	7	30	7	5	7	12	135	11
масло подсолнечное	11	10	14	16	11	10	11	10	14	16	11	10	145	12
яйцо куриное	-	7	-	-	9	-	-	7	-	-	9	-	30	3
сахар-песок	7	9	7	10	7	9	7	9	7	10	7	9	96	8
соль йодирован.	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	18	2
кислота лимонная	-	5	-	-	-	5	-	5	-	-	-	5	18	2

Меню горячих завтраков для детей с фенилкетонурией

Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	г.	г.	г.	г.	Ккал.
Понедельник, 1 неделя					
Молочный десерт (для детей с ФКУ) *	200	0,9	20	3,6	197,9
Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8
<i>Специализированный диетический (лечебный) продукт (смесь) *</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется педиатром индивидуально по каждому ребенку с учетом возраста массы тела и клинического состояния</i>				
Итого**	400	1,7	20,8	23,2	286,7
Вторник, 1 неделя					
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)*	200	0,9	20	3,7	198,4
Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт *</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	400	1,7	20,6	24,3	289,4
Среда, 1 неделя					
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)*	200	8	20	10,2	252,8
Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	270	8,6	20,1	15,5	277,3
Четверг, 1 неделя					
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
Банан	150	2,3	0	33,6	143,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт *</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	350	3,2	20	37,2	341,3
Пятница, 1 неделя					
Завтрак					
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)*	200	0,9	20	3,7	198,4
Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	75,6
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт *</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	400	2,7	20,4	19,9	274
Суббота, 1 неделя					
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	8	20	10,2	252,8
Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт *</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	400	8,8	20,6	30,8	343,8
Понедельник, 2 неделя					
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	88,8
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт *</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	400	1,7	20,8	23,2	286,7
Вторник, 2 неделя					
Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт *</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	400	1,7	20,6	24,3	289,4
Среда, 2 неделя					
Мандарин	70	0,6	0,1	5,3	24,5
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	8	20	10,2	252,8
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт *</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	270	8,6	20,1	15,5	277,3
Четверг, 2 неделя					
Банан	150	2,3	0	33,6	143,4
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9

<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	350	3,2	20	37,2	341,3
Пятница, 2 неделя					
Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	75,6
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	400	2,7	20,4	19,9	274
Суббота, 2 неделя					
Груша	200	0,8	0,6	20,6	91
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	8	20	10,2	252,8
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	400	8,8	20,6	30,8	343,8
Средние показатели за период	370	4,5	20,4	25,2	302,1

* - в случае если отсутствует возможность включения в меню десертов для детей с ФКУ, допускается увеличение объема специализированной диетической смеси для детей с ФКУ;

** - графа итога приведена без учета количества выдаваемой специализированной диетической смеси для детей с ФКУ.

Накопительная ведомость по продуктам для питания детей с фенилкетонурией*, в г.
брутто**

Название продукта	День												Всего за цикл	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
апельсин	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	200	-	400	33
банан	-	-	-	150	-	-	-	-	-	150	-	-	300	25
груша	-	200	-	-	-	200	-	200	-	-	-	200	800	67
мандарин	-	-	70	-	-	-	-	-	70	-	-	-	140	12
яблоко	200	-	-	-	-	-	200	-	-	-	-	-	400	33
молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	800	67
молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	800	67
фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	800	67

*** - накопительная ведомость по продуктам приведена без учета количества выдаваемой специализированной диетической смеси для детей с ФКУ.

Меню горячих обедов для детей с фенилкетонурией

Название блюд	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
	г.	г.	г.	г.	ккал.
Понедельник, 1 неделя					
Салат из белокочанной капусты с морковью	120	2	12,1	11,6	163,1
Молочный десерт (для детей с ФКУ)*	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Специализированный диетический (лечебный) продукт (смесь)*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется педиатром индивидуально по каждому ребенку с учетом возраста массы тела и клинического состояния</i>				
Итого**	320	2,9	32,1	15,2	361
Вторник, 1 неделя					
Салат из свежих помидоров и огурцов	120	1,2	6,2	3,7	74,9
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)*	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	2,1	26,2	7,4	273,3
Среда, 1 неделя					
Салат из свеклы с курагой и изюмом	120	2,1	6,5	20	146,7
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)*	200	8	20	10,2	252,8
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	10,1	26,5	30,2	399,5
Четверг, 1 неделя					
Салат из белокочанной капусты	120	3	12,2	12,5	171,5
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	3,9	32,2	16,1	369,4
Пятница, 1 неделя					
Салат из моркови с яблоками	120	1,1	12,2	8,6	148,5
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	2	32,2	12,3	346,9
Суббота, 1 неделя					
Салат из свеклы отварной	120	1,6	5,4	9,1	91,3
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	8	20	10,2	252,8
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	9,6	25,4	19,3	344,1
Понедельник, 2 неделя					
Салат из белокочанной капусты с морковью	120	2	12,1	11,6	163,1
Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	2,9	32,1	15,2	361
Вторник, 2 неделя					
Салат из свежих помидоров и огурцов	120	1,2	6,2	3,7	74,9
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	2,1	26,2	7,4	273,3
Среда, 2 неделя					
Салат из свеклы с курагой и изюмом	120	2,1	6,5	20	146,7
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	8	20	10,2	252,8
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	10,1	26,5	30,2	399,5
Четверг, 2 неделя					
Салат из белокочанной капусты	120	3	12,2	12,5	171,5

Молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,6	197,9
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	3,9	32,2	16,1	369,4
Пятница, 2 неделя					
Салат из моркови с яблоками	120	1,1	12,2	8,6	148,5
Молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	200	0,9	20	3,7	198,4
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	2	32,2	12,3	346,9
Суббота, 2 неделя					
Салат из свеклы отварной	120	1,6	5,4	9,1	91,3
Фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	200	8	20	10,2	252,8
<i>Спец. диет. (лечебный) продукт*</i>	<i>Вид продукта и его количество определяется индивидуально</i>				
Итого	320	9,6	25,4	19,3	344,1
Средние показатели за период	320	5,1	29,1	16,8	349

* - в случае если отсутствует возможность включения в меню десертов для детей с ФКУ, допускается увеличение объема специализированной диетической смеси для детей с ФКУ;

*** - графа итога приведена без учета количества выдаваемой специализированной диетической смеси для детей с ФКУ.

Накопительная ведомость по продуктам***, в г. брутто

Название продукта	День												Сумма	Ср. знач.
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12		
томат	-	65	-	-	-	-	-	65	-	-	-	-	130	11
свекла	-	-	113	-	-	143	-	-	113	-	-	143	510	43
огурец	-	48	-	-	-	-	-	48	-	-	-	-	95	8
морковь	15	-	-	15	92	-	15	-	-	15	92	-	243	20
лук репчатый	-	-	-	15	-	-	-	-	-	15	-	-	30	3
лук зеленый	-	16	-	-	-	-	-	16	-	-	-	-	33	3
капуста белокочанная	126	-	-	188	-	-	126	-	-	188	-	-	627	52
яблоко	-	-	-	-	41	-	-	-	-	-	41	-	81	7
изюм	-	-	12	-	-	-	-	-	12	-	-	-	24	2
курага	-	-	13	-	-	-	-	-	13	-	-	-	26	2
молочно-фруктовый десерт (для детей с ФКУ)	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	800	67
молочный десерт (для детей с ФКУ)	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	800	67
фруктовый десерт на кисломолочной основе (для детей с ФКУ)	-	-	200	-	-	200	-	-	200	-	-	200	800	67
масло подсолнечное	12	6	7	12	12	6	12	6	7	12	12	6	110	9
сахар-песок	6	-	-	4	-	-	6	-	-	4	-	-	19	2
соль йодированная	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	0,4	5	0,4
кислота лимонная	0,2	-	-	0,2	-	-	0,2	-	-	0,2	-	-	0,8	0,1

*** - накопительная ведомость по продуктам приведена без учета количества выдаваемой специализированной диетической смеси для детей с ФКУ.