

УТВЕРЖДАЮ:
И. о. директор МКОУ «Оптима»
Р. В. Рыгонен
«01» сентября 2023 г.

СОГЛАСОВАННО:
Директор МБОУ «Туруханская СШ № 1»
Г. В. Рыбинец
«01» июля 2023 г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ 6-10 ЛЕТ И 11-18 ЛЕТ
С ЗАБОЛЕВАНИЕМ, СОПРОВОЖДАЮЩИМСЯ ОГРАНИЧЕНИИМИ ПИТАНИЯ
(САХАРНЫЙ ДИАБЕТ) В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ
УЧРЕЖДЕНИИ «ТУРУХАНСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА № 1»,
ОРГАНИЗАТОР ПИТАНИЯ МКП «ОПТИМА»

(КРАСНОЯРСКИЙ КРАЙ, ТУРУХАНСКИЙ РАЙОН, С. ТУРУХАНСК, УЛ. ПОПОВА, Д. 7, УЛ. ШАДРИНА А. Е. Д. 10)

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))										Дети 11-18 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))									
День 1										День 1									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)				№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)			
1	2	3	Б	Ж	У	4	5	6	7	1	2	3	Б	Ж	У	4	5	6	7
Завтрак										Завтрак									
1	Суп молочный с макаронными изделиями (из твердых сортов)	260	7,42	6,84	22,68	181,80				1	Суп молочный с макаронными изделиями (из твердых сортов)	300	8,55	7,89	26,08	209,00			
15	Чай с молоком	200	1,45	1,25	11,92	64,00				15	Чай с молоком	200	1,45	1,25	11,92	64,00			
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00				ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00			
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60				ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40			
Итого		500	11,45	8,32	51,57	327,40				Итого		560	13,87	9,49	63,47	395,40			
Обед										Обед									
4	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,81	4,99	18,04	127,00				4	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,81	4,99	18,04	127,00			
5	Котлеты или биточки рыбные	90	12,92	2,28	8,31	103,00				5	Котлеты или биточки рыбные	120	17,23	3,04	11,08	137,33			
42	Овощи отварные (морковь)	150	1,85	5,87	8,15	90,00				42	Овощи отварные (морковь)	180	2,22	7,04	9,78	108,00			
27	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00				27	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00			
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00				ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20			
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00				ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00			
Итого		775	23,09	14,19	87,34	566,00				Итого		865	29,71	15,62	105,58	679,53			
Полдник										Полдник									
40	Молоко кипяченое	200	5,80	8,00	9,60	106,00				8	Молоко кипяченое	200	5,80	8,00	9,60	106,00			
ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00				ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00			
ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60				ГП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10			
Итого		300	7,72	11,92	30,44	229,60				Итого		350	7,92	12,12	35,34	253,10			
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.									
Итого за день			Б	Ж	У	Эн/л	Итого за день			Итого за день			Б	Ж	У	Эн/л	Итого за день		
			42,26	34,43	169,35	1123,00							51,50	37,23	204,39	1328,03			

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))										Дети 11-18 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))																							
День 2										День 2																							
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)																		
1	2	3	Б	Ж	У	6	7	1	2	3	Б	Ж	У	6	7																		
Завтрак										Завтрак																							
8	Рагу из мяса (говядины)	220	13,48	17,57	15,70		282,00	8	Рагу из мяса (говядины)	220	13,48	17,57	15,70		282,00																		
9	Чай	200	0,00	0,00	9,52		37,00	9	Чай	200	0,00	0,00	9,52		37,00																		
Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)										Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)																							
																				ГП	80	0,32	0,32	7,84		37,60	ГП	130	0,52	0,52	12,74		61,10
																				ГП	20	0,98	0,20	8,95		40,00	ГП	30	1,47	0,30	13,44		60,00
																				ГП	20	1,60	0,03	8,02		41,60	ГП	30	2,40	0,05	12,03		62,40
																				ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02		41,60	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03
Итого										540	16,38	18,12	50,03		438,20	Итого																	
Обед										Обед																							
29	Свекольник со сметаной	255	2,23	5,06	10,99		113,00	29	Свекольник со сметаной	255	2,23	5,06	10,99		113,00																		
10	Котлеты, биточки, шницели	90	16,02	15,75	12,87		257,40	10	Котлеты, биточки, шницели	100	17,80	17,50	14,30		286,00																		
38	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08		253,05	38	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,42	44,50		303,66																		
7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80		36,00	7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80		36,00																		
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95		104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07		135,20																		
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44		60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16		90,00																		
Итого										775	34,27	29,91	99,13		823,45	Итого																	
Подник										Подник																							
12	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,37		74,00	12	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,37		74,00																		
ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00		86,00	ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00		86,00																		
Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)										Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)																							
																				ГП	80	0,32	0,32	7,84		37,60	ГП	130	0,52	0,52	12,74		61,10
																				ГП	Итого	300	5,12	6,62	36,21		197,60	ГП	Итого	350	5,32	6,82	41,11
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.																							
			Б	Ж	У		Эн/л				Б	Ж	У		Эн/л																		
Итого за день			55,77	54,65	185,37		1459,25	Итого за день			62,89	57,99	226,36		1687,46																		

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))										Дети 11-18 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))									
День 3										День 3									
№ ТК (ТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энл (ккал)				№ ТК (ТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энл (ккал)			
1	2	3	Б	Ж	У	4	5	6	7	1	2	3	Б	Ж	У	4	5	6	7
Завтрак										Завтрак									
13	Плов из отварной птицы (из бурого риса)	160	12,37	12,41	30,06				284,52	13	Плов из отварной птицы (из бурого риса)	200	15,46	15,51	37,58				355,65
14	Икра кабачковая (промыщенного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00				14	Икра кабачковая (промыщенного производства)	100	1,90	8,90	7,70				119,00
7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80	36,00				7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80				36,00
ТП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00				ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44				60,00
ТП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60				ТП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03				62,40
Итого		500	18,85	21,74	60,53	521,12				Итого		560	23,23	24,96	76,55				633,05
Обед										Обед									
16	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,96	5,50	8,35	91,00				16	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	255	1,96	5,50	8,35				91,00
17	Рыба, тушеная в томате с овощами	90	8,69	4,91	2,58	91,00				17	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,66	5,46	2,87				101,11
18	Картофельное пюре (или картофель отварной)	180	3,78	7,92	19,62	165,60				18	Картофельное пюре (или картофель отварной)	180	3,78	7,92	19,62				165,60
27	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00				27	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45				82,00
ТП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00				ТП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07				135,20
ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00				ТП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16				90,00
Итого		805	20,94	19,38	83,39	593,60				Итого		845	23,85	19,43	97,52				664,91
Подпики										Подпики									
2	Кисломолочный продукт (без сахара)	200	5,80	5,00	8,00	106,00				2	Кисломолочный продукт (без сахара)	200	5,80	5,00	8,00				106,00
ТП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00				ТП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00				86,00
	Яблоко (мандарин, апельсин, группа в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60					Яблоко (мандарин, апельсин, группа в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74				61,10
ТП	Итого	300	7,72	8,92	28,84	229,60				ТП	Итого	350	7,92	9,12	33,74				253,10
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.									
			Б	Ж	У	Энл							Б	Ж	У	Энл			

Итого за день		47,51	50,04	172,76	1344,32		Итого за день		55,00 .	53,51	207,81	1551,06
---------------	--	-------	-------	--------	---------	--	---------------	--	---------	-------	--------	---------

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))										Дети 11-18 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))									
День 4										День 4									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)				
1	2	3	Б	Ж	У		7	1	2	3	Б	Ж	У		7				
Завтрак																			
37	Суп молочный с крупой	200	4,82	5,16	16,52		131,80	37	Суп молочный с крупой	300	7,24	7,74	24,78		197,70				
3	Какао с молоком	200	3,53	3,65	14,46		102,00	3	Какао с молоком	200	3,53	3,65	14,46		102,00				
19	Сыр несоленый (порциями)	12	2,16	0,07	0,18		10,00	19	Сыр несоленый (порциями)	20	3,60	0,12	0,30		17,00				
Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)																			
ГП		80	0,32	0,32	7,84		37,60	ГП		130	0,52	0,52	12,74		61,10				
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95		40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44		60,00				
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02		41,60	ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03		62,40				
Итого		532	13,41	9,43	55,97		363,00	Итого		710	18,76	12,38	77,75		500,20				
Обед																			
Суп картофельный с макаронными изделиями (из твердых сортов)																			
20		250	2,70	2,85	18,83		111,25	20		250	2,70	2,85	18,83		111,25				
Терфтели из говядины "ежики"																			
21		90	10,85	14,90	11,45		223,00	21		100	12,06	16,56	12,72		247,78				
22	Капуста тушеная	150	3,22	4,64	8,11		96,00	22	Капуста тушеная	180	3,86	5,57	9,73		115,20				
7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80		36,00	7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80		36,00				
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95		104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07		135,20				
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44		60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16		90,00				
Итого		770	24,24	23,64	76,58		630,25	Итого		840	25,33	22,88	74,48		624,18				
Подник																			
36	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	10,26		44,00	36	Чай с лимоном	200	0,06	0,01	10,26		44,00				
ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00		86,00	ГП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00		86,00				
Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)																			
ГП		80	0,32	0,32	7,84		37,60	ГП		130	0,52	0,52	12,74		61,10				
Итого		300	1,98	3,93	31,10		167,60	Итого		350	2,18	4,13	36,00		191,10				
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.																			
Итого за день																			
			Б	Ж	У	Эн/л					Б	Ж	У	Эн/л					
			39,63	37,00	163,65	1160,85					46,27	39,39	188,23	1315,48					

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))										Дети 11-18 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))									
День 5										День 5									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)				№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)			
1	2	3	Б	Ж	У	4	5	6	7	1	2	3	Б	Ж	У	4	5	6	7
Завтрак										Завтрак									
23	Жаркое по-домашнему	200	23,64	21,09	15,09	344,55				23	Жаркое по-домашнему	200	23,64	21,09	15,09	344,55			
41	Зеленый горошек (или фасоль) отварные	60	1,86	0,12	3,90	24,00				41	Зеленый горошек (или фасоль) отварные	100	3,10	0,20	6,50	40,00			
12	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,37	74,00				12	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,37	74,00			
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00				ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00			
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60				ГП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40			
Итого		500	31,28	24,14	51,33	524,15				Итого		560	33,81	24,34	62,43	580,95			
Обед										Обед									
24	Суп картофельный с бобовыми	250	5,53	3,96	23,62	144,00				24	Суп картофельный с бобовыми	250	5,53	3,96	23,62	144,00			
25	Гуляш из говядины	90	13,23	14,55	3,05	195,80				25	Гуляш из говядины	120	17,64	19,40	4,07	261,07			
	Макаронные изделия отварные (из твердых сортов)	150	5,66	6,75	29,04	144,90					Макаронные изделия отварные (из твердых сортов)	180	6,79	8,10	34,85	173,88			
32	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00				27	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00			
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00				ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20			
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00				ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00			
Итого		770	30,93	26,31	108,55	730,70				Итого		860	38,41	32,01	129,22	886,15			
Полдник										Полдник									
15	Чай с молоком	200	1,45	1,25	11,92	64,00				15	Чай с молоком	200	1,45	1,25	11,92	64,00			
ГП	Изделие диетического	20	1,60	3,60	13,00	86,00				ГП	Изделие диетического	20	1,60	3,60	13,00	86,00			
	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60					Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10			
ГП	Итого	300	3,37	5,17	32,76	187,60				ГП	Итого	350	3,57	5,37	37,66	211,10			
Норма выдачи слесей 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи слесей 1,2 гр., соли 3 гр.									
			Б	Ж	У	Эн/л							Б	Ж	У	Эн/л			
	Итого за день		65,58	55,62	192,64	1442,45					Итого за день		75,79	61,72	229,31	1678,20			

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))							Дети 11-18 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))						
День 6							День 6						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
1	2	3	Б	Ж	У	7	1	2	3	Б	Ж	У	7
Завтрак							Завтрак						
43	Овощи отварные (морковь)	180	2,22	7,04	9,78	108,00	43	Овощи отварные (морковь)	200	2,47	7,82	10,87	120,00
17	Рыба, тушенная в томате с овощами	90	8,69	4,91	2,58	91,00	17	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	9,66	5,46	2,87	101,11
9	Чай	200	0,00	0,00	9,52	37,00	9	Чай	200	0,00	0,00	9,52	37,00
ТП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ТП	Хлеб ржаной	30	2,40	0,05	12,03	62,40
ТП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ТП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40
Итого		510	13,49	12,18	38,85	317,60	Итого		560	16,93	13,38	47,32	382,91
Обед							Обед						
29	Свекольник со сметаной	255	2,23	5,06	10,99	113,00	29	Свекольник со сметаной	255	2,23	5,06	10,99	113,00
30	Курица в соусе с томатом	90	10,22	10,14	2,95	143,00	30	Курица в соусе с томатом	100	11,36	11,27	3,28	158,89
34	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая) рассыпчатая	150	4,59	6,74	31,47	209,25	34	Каша перловая (или пшеничная, или ячневая) рассыпчатая	180	5,51	8,08	37,76	251,10
7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80	36,00	7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80	36,00
ТП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ТП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ТП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
Итого		775	24,51	23,19	83,60	665,25	Итого		845	39,87	36,43	107,34	943,08
Подлник							Подлник						
40	Молоко кипяченое	200	5,80	8,00	9,60	106,00	8	Молоко кипяченое	200	5,80	8,00	9,60	106,00
ТП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ТП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00
	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)							Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)					
ТП		80	0,32	0,32	7,84	37,60	ТП		130	0,52	0,52	12,74	61,10
Итого		300	7,72	11,92	30,44	229,60	Итого		350	7,92	12,12	35,34	253,10
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.							Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.						
			Б	Ж	У	Эн/л				Б	Ж	У	Эн/л
	Итого за день		45,72	47,29	152,89	1212,45		Итого за день		64,72	61,93	190,00	1579,09

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))							Дети 11-18 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))						
День 7							День 7						
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/л (ккал)
1	2	3	Б	Ж	У	7	1	2	3	Б	Ж	У	7
Завтрак							Завтрак						
26	Макаронные изделия (из твердых сортов) отварные с сыром	150	8,30	3,25	25,72	164,25	26	Макаронные изделия (из твердых сортов) отварные с сыром	200	11,07	4,33	34,29	219,00
Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)							Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)						
ГП		130	0,52	0,52	12,74	61,10	ГП		130	0,52	0,52	12,74	61,10
ГП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00	ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ГП	Хлеб пшеничный	30	1,45	1,25	12,45	69,00
15	Чай с молоком	200	1,45	1,25	11,92	64,00	15	Чай с молоком	200	1,45	1,25	11,92	64,00
Итого		520	12,85	5,25	67,35	370,95	Итого		590	15,96	7,65	84,84	473,10
Обед							Обед						
	Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	7,97	6,91	13,19	146,96		Суп картофельный с мясными фрикадельками из говядины	250	7,97	6,91	13,19	146,96
33							33						
5	Котлеты или биточки рыбные	90	12,92	2,28	8,31	103,00	5	Котлеты или биточки рыбные	120	17,23	3,04	11,08	137,33
31	Рис (бурий) отварной	150	3,95	5,91	36,77	223,00	31	Рис (бурий) отварной	180	4,74	7,09	44,12	267,60
27	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00	27	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00
ГП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00	ГП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20
ГП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00	ГП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00
Итого		770	31,35	16,15	111,11	718,96	Итого		860	38,39	17,59	135,07	859,09
Полдник							Полдник						
7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80	36,00	7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80	36,00
ГП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00	ГП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00
Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)							Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)						
ГП		80	0,32	0,32	7,84	37,60	ГП		130	0,52	0,52	12,74	61,10
Итого		300	3,92	4,12	26,64	159,60	Итого		350	4,12	4,32	31,54	183,10

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.

Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.

[illegible]

[illegible]

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))										Дети 11-18 лет и старше (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))																							
День 9										День 9																							
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)	№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)																		
			Б	Ж	У	6					Б	Ж	У	6																			
1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7																				
Завтрак										Завтрак																							
37	Суп молочный с крупой	200	4,82	5,16	16,52	131,80		37	Суп молочный с крупой	300	7,24	7,74	24,78	197,70																			
ТП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00		ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00																			
Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)										Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)																							
																				ТП	Хлеб пшеничный	20	0,32	0,32	7,84	37,60	ТП	Хлеб пшеничный	130	0,52	0,52	12,74	61,10
																				ТП	Кофейный напиток с молоком	20	1,60	0,03	8,02	41,60	ТП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40
12	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,37	74,00		12	Кофейный напиток с молоком	200	3,20	2,70	15,37	74,00																			
Итого	Итого	520	10,92	8,41	56,70	325,00		Итого	Итого	690	14,83	11,31	78,36	455,20																			
Обед										Обед																							
	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,81	4,99	18,04	127,00		4	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	255	1,81	4,99	18,04	127,00																			
4	Гуляш из говядины	90	13,23	14,55	3,05	195,80		25	Гуляш из говядины	120	17,64	19,40	4,07	261,07																			
25	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,55	7,85	37,08	253,05		38	Каша гречневая рассыпчатая	180	10,26	9,42	44,50	303,66																			
38	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00		27	Компот из плодов или ягод сушеных	200	1,04	0,00	20,45	82,00																			
27	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00		ТП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20																			
ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00		ТП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00																			
Итого	Итого	775	30,10	28,44	111,01	821,85		Итого	Итого	865	38,16	34,36	133,29	998,93																			
Подник										Подник																							
9	Чай	200	0,00	0,00	9,52	37,00		9	Чай	200	0,00	0,00	9,52	37,00																			
ТП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00		ТП	Изделие диетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00																			
Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)										Яблоко (мандарины, апельсин, груша в ограниченном количестве)																							
																				ТП	Хлеб пшеничный	80	0,32	0,32	7,84	37,60	ТП	Хлеб пшеничный	130	0,52	0,52	12,74	61,10
																				Итого	Итого	300	1,92	3,92	30,36	160,60	Итого	Итого	350	2,12	4,12	35,26	184,10
Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 1,8 гр.										Норма выдачи специй 1,2 гр., соли 3 гр.																							
Итого за день										Итого за день																							
			Б	Ж	У	Эн/л					Б	Ж	У	Эн/л																			
			42,94	40,77	198,07	1307,45					55,11	49,79	246,91	1638,23																			

Дети 6-10 лет (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))										Дети 11-18 лет и старше (меню для детей с заболеванием, сопровождающимся ограничениями питания (сахарный диабет))									
День 10										День 10									
№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)			№ ТК (ТТК)*	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)				Эн/л (ккал)		
1	2	3	Б	Ж	У	6	7			1	2	3	Б	Ж	У	6	7		
Завтрак										Завтрак									
39	Плов из отварной говядины (из бурого риса)	200	15,12	14,88	39,36		352,00			39	Плов из отварной говядины (из бурого риса)	200	15,12	14,88	39,36		352,00		
14	Икра кабачковая (промыщенного производства)	60	1,14	5,34	4,62	71,40				14	Икра кабачковая (промыщенного производства)	100	1,90	8,90	7,70	119,00			
15	Чай с молоком	200	1,45	1,25	11,92	64,00				15	Чай с молоком	200	1,45	1,25	11,92	64,00			
ТП	Хлеб ржаной	20	0,98	0,20	8,95	40,00				ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00			
ТП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,03	8,02	41,60				ТП	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,05	12,03	62,40			
Итого		500	20,29	21,70	72,87	569,00				Итого		560	22,34	25,38	84,45	657,40			
Обед										Обед									
24	Суп картофельный с бобовыми	250	5,53	3,96	23,62	144,00				24	Суп картофельный с бобовыми	250	5,53	3,96	23,62	144,00			
21	Тфтели из говядины "ежки"	90	10,85	14,90	11,45	223,00				21	Тфтели из говядины "ежки"	100	12,06	16,56	12,72	247,78			
18	Картофельное пюре (или картофель отварной)	180	3,78	7,92	19,62	165,60				18	Картофельное пюре (или картофель отварной)	180	3,78	7,92	19,62	165,60			
7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80	36,00				7	Сок (без сахара)	200	2,00	0,20	5,80	36,00			
ТП	Хлеб пшеничный	50	4,00	0,75	18,95	104,00				ТП	Хлеб пшеничный	65	5,20	0,10	26,07	135,20			
ТП	Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	60,00				ТП	Хлеб ржаной	45	2,21	0,45	20,16	90,00			
Итого		800	27,63	28,03	92,88	732,60				Итого		840	30,78	29,19	107,99	818,58			
Подник										Подник									
2	Кисломолочный продукт (без сахара)	200	5,80	5,00	8,00	106,00				2	Кисломолочный продукт (без сахара)	200	5,80	5,00	8,00	106,00			
ТП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00				ТП	Изделие диабетическое	20	1,60	3,60	13,00	86,00			
ТП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	80	0,32	0,32	7,84	37,60				ТП	Яблоко (мандарины, апельсины, груша в ограниченном количестве)	130	0,52	0,52	12,74	61,10			
Итого		300	7,72	8,92	28,84	229,60				Итого		350	7,92	9,12	33,74	253,10			
Норма выдачи специй 1,2 гр, соли 1,8 гр.										Норма выдачи специй 1,2 гр, соли 3 гр.									
			Б	Ж	У	Эн/л							Б	Ж	У	Эн/л			
	Итого за день		55,64	58,65	194,59	1531,20					Итого за день		61,04	63,69	226,18	1729,08			

Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 6-10 лет					Средние показатели энергетической ценности и химического состава рациона питания детей 11-18 лет				
	Пищевые вещества (г)					Пищевые вещества (г)			
	Б	Ж	У	Эн/д (ккал)		Б	Ж	У	Эн/д (ккал)
Итого за 10 дней	495,03	449,11	1810,20	13144,07	Итого за 10 дней	588,96	500,10	2181,28	15507,51
Итого за 1 дней	41,25	37,43	150,85	1095,34	Итого за 1 дней	58,90	50,01	218,13	1550,75

Примечание: ПП - готовый продукт.
* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сборника

Примечание: ПП - готовый продукт.
* в каждой технологической карте указано наименование сборника рецептов блюд и кулинарных изделий и номер рецептуры согласно сборника