



"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ

К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ

ПЕРИОД:

2025 - 2026
2023 - 24 г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно:

Методическим рекомендациям МР 2.4.0162-19.

2023 г.

2023 - г.г.

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,52	33,05	96,70	1159,06	13,21
Норма по МР 2.4.0162-19, 70%	54,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы { + / - } %	-24,94	-26,51	-39,50	-22,88	-21,07

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

к 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для организации питания детей с сахарным диабетом

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети-		№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по - СБ, в-р / код изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У	ческая ценность	ХЕ		
неделя 1 -я День 2 -й	ЗАВТРАК								
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	0,25	2	10531/05
	Плов из перловой крупы с мясом	220	21,40	19,63	34,58	401,38	2,9	39	10531/05
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	60,00	1,3	70	10531/05
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,01	11	57421
итого за завтрак		550	27,23	20,64	76,72	599,91	6,46		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы { + / - } %			-2,50	2,16	-0,80	-0,61	-1,07		
неделя 1 -я День 2 -й	ОБЕД								
	Икра морковная	60	1,03	4,38	15,55	69,11	0,4	6	10531/05
	Суп с крупой (гречка)	250	3,21	3,83	22,90	94,04	0,4	21	10531/05
	Омлет с птицей и / овощи	165	18,82	17,98	11,12	391,32	0,2	44	27421
	консервированные отварные	35	0,95	1,08	1,824	22,008	0,15	44	10531/05
	Молоко кипячёное	200	5,1	5,00	9,60	107,00	0,8	76	10531/05
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,01	11	57421
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	10531/05
итого за обед		870	45,98	33,57	63,73	742,67	5,48		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы { + / - } %			3,00	9,97	-14,90	-4,81	-14,7		
неделя 1 -я День 2 -й	ПОЛДНИК								
	Чай с лимоном без сахара	200	0	0	0,2	3,60	0,02	74	10531/05
	Биточек пшённый с морковью	90	3,30	5,76	17,12	117,16	1,5	36	10531/05
	Хлеб ржаной	30	1,6	0,45	12,03	61,80	0,6	11	57421
итого за полдник		320	5,70	6,21	29,35	196,66	2,52		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы { + / - } %			-6,20	-1,83	-0,74	-2,00	-0,7		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	73,21	54,21	140,45	1342,59	11,94
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,2
отклонение от нормы (+ / -) %	0,60	11,33	-15,65	-5,42	-15,8

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	51,68	39,78	93,08	939,53	8,00
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-2,29	7,04	-15,64	-6,81	-15,37

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	78,91	60,42	169,80	1539,444	14,46
Норма по МР 2.4.0162-19.	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,79	9,50	-16,43	-7,42	-16,44

К 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с сахарным диабетом

Возрастная категория: 12 лет и старше

2023 - Г.Г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	ХЕ	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 1 -я День 3 -й	ЗАВТРАК								
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	0,14	1	4781
	Тефтели рыбные (минтай)	100 / 20	19,45	11,85	5,91	220,10	0,8	62	239
	Картофель отварной /	100	1,31	2,88	16,34	94,90	1,3	25	31037
	/ Капуста отварная (сложный гарнир)	80	1,48	2,46	3,59	42,70	0,3	25	155 23
	Сок томатный	200	2	0,2	5,8	36,00	0,5	68	49111511
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,1	11	5742
итого за завтрак		630	30,12	18,362	59,04	525,300	5,14		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	11,75		
отклонение от нормы { + / - } %			-0,13	-0,84	-6,38	-3,65	-6,0		
неделя 1 -я День 3 -й	ОБЕД								
	Икра секольная	60	1,00	5,10	5,70	73,00	0,5	7	49183411
	Суп из овощей	250	2,29	3,95	10,31	34,62	0,9	17	114611
	Мясо тушёное	50 / 50	15,20	17,38	2,56	229,00	0,25	55	2611
	Каша вязкая (ячневая)	180	3,74	3,94	23,17	140,19	2	32	31311
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0,5	0	13,40	55,6	1,2	71	84134-23
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,1	11	5742
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	62121
итого за обед		950	27,93	31,22	89,00	746,01	7,77		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы { + / - } %			-14,42	6,08	-6,92	-4,67	-6,2		
неделя 1 -я День 3 -й	ПОЛДНИК								
	Молоко кипячёное	200	5,8	6,70	9,60	107,00	0,8	76	38511
	Котлета рыбная (минтай)	100	19,11	4,64	10,15	159,02	0,9	63	3372
	Хлеб ржаной	30	1,44	0,45	12,03	61,80	1	11	5742
итого за полдник		330	21,32	10,087	31,78	303,82	2,70		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,00	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы { + / - } %			7,62	3,27	0,02	2,35	0,00		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	58,05	49,58	148,04	1271,31	12,91
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-12,02	5,24	-13,30	-8,32	-12,19

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	49,25	41,31	120,78	1049,84	10,47
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы { + / - } %	-4,30	9,35	-18,90	-2,32	-8,22

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	79,37	59,67	179,81	1575,136	15,610
Норма по МР 2.4.0162-19, 70%	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,40	8,51	-13,28	-5,97	-12,19

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с сахарным диабетом

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон : 2023 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети-		№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У	ческая ценность	ХЕ		
неделя 1 -я День 4 -й	ЗАВТРАК								
	Крупеник без сахара и /	180	39,37	16,18	21,50	389,52	1,8	39	374-122
	Сметана	15	0,5	2	0,5	21,25	0,05	39	
	Чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,40	0,01	73	54-1гн.22
	Галеты	30	2,55	3	20,55	117,90	1,1	12	Пром. п.
	Плоды свежие (яблоко)	135	0,54	0,54	13,23	59,40	0,18	78	54-1гн.22
итого за завтрак		560	43,46	21,72	55,98	589,47	5,16		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			10,92	3,58	-7,34	-1,04	-5,9		
неделя 1 -я День 4 -й	ОБЕД								
	Помидор свежий в нарезке	70	2,52	0,12	2,68	14,93	0,25	2	МР 2.4.0162-19
	Суп картофельный с горохом	250	6,1	3,9	24,1	156,00	2,01	20	МР 2.4.0162-19
	Мясо духовое	190	14,06	14,32	17,06	262,65	1,5	58	МР 2.4.0162-19
	Молоко кипячёное	200	5,8	5,00	9,60	107,00	0,8	76	МР 2.4.0162-19
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,90	0,4	1	574-21
итого за обед		770	31,58	24,238	77,506	654,166	6,660		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-8,90	-3,11	-10,56	-8,41	-10,3		
День 4 -й	ПОЛДНИК								
	Кефир (м. д. ж. 2.5%)	200	6,9	5	8	109,00	0,7	77	МР 2.4.0162-19
	Запеканка из творога с морковью без сахара	150	23,65	12,22	15,79	358,35	1,6	41	МР 2.4.0162-19
итого за полдник		350	29,66	17,221	23,79	368,347	2,10		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			14,55	12,66	-2,50	4,97	-2,2		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	75,04	46,96	133,49	1243,64	11,82
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	2,62	0,47	-17,89	-9,45	-15,22

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	61,24	41,46	101,29	1022,51	8,76
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+ / -) %	6,31	9,55	-13,05	-3,43	-12,56

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	104,70	63,18	157,27	1611,98	13,92
Норма по МР 2.4.0162-19.	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+ / -) %	16,53	13,13	-20,39	-4,47	-18,44

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с сахарным диабетом

Возрастная категория: 12 лет и старше

2023 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	ХЕ	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р. год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 1 -я День 5 -й	ЗАВТРАК								
	Салат из квашеной капусты	70	1,17	3,16	3,17	41,70	0,3	8	47/17
	Биточки (особые) мясные	100	16,93	8,03	9,31	177,11	0,8	49	269/17
	Картофель и овощи тушёные в соусе	150	3,00	8,84	21,80	178,90	1,9	28	142/17
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	60,00	1,3	70	110/17
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,60	1,7	11	574/21
итого за завтрак		570	25,10	20,78	69,73	560,71	6,00		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,35	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,25	2,34	-9,52	-2,21	-2,8		
неделя 1 -я День 5 -й	ОБЕД								
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,58	14,93	0,25	2	77/17
	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,75	4,20	8,30	79,10	0,7	16	107/17
	Рыба припущенная в молоке (минтай)	100	14,77	3,13	2,92	98,93	0,25	66	227/21
	Картофель отварной	120	2,29	3,46	18,41	113,80	1,6	31	112/17
	Сок морковный	200	1,7	0,2	18,9	84,00	1,5	68	107/17
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	574/21
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	92/17
итого за обед		900	26,48	12,40	85,07	558,35	7,32		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,58	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-16,10	-14,20	-25,88	-302,65	-2,13		
неделя 1 -я День 5 -й	ПОЛДНИК								
	Молоко кипячёное	200	3,8	5,00	9,60	107,00	0,3	76	111/17
	Котлета школьная	90	13,77	9,90	11,97	191,70	1	50	347/21
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8,02	41,50	0,1	11	574/21
итого за полдник		310	21,17	15,20	29,59	339,9	2,5		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	146,00	0,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			7,50	7,60	-2,11	193,9	1,75		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	51,57	33,18	154,80	1119,05	13,32
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,2
отклонение от нормы (+ / -) %	-17,38	-16,34	-35,40	-356,95	-2,88

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	47,65	27,60	114,66	898,25	9,82
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-6,80	-6,60	-27,99	-208,75	-2,33

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	72,74	48,38	184,39	1458,95	15,82
Норма по МР 2.4.0162-19.	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-9,88	-4,82	-37,51	-263,05	-3,08

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с сахарным диабетом

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	ХЕ	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 2 - я День 6 -й	ЗАВТРАК								
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	0,25	3	МР 2.4.0162-19
	Омлет с птицей и / овощи припущенные (морковь)	165	29,82	17,98	2,12	291,22	0,2	45	274-21
	Молоко кипячёное	35	0,63	1,11	2,44	21,06	0,21	45	153721
	Хлеб ржаной	200	5,8	5,00	9,60	107,00	0,8	76	385-17
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	574-21
	Флоды свежие (яблоко)	80	0,32	0,32	7,84	79,20	0,7	78	87-21
итого за завтрак		610	42,19	25,42	48,74	593,02	4,26		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы { + / - } %			9,87	8,45	-9,62	-0,89	-9,2		
неделя 2 - я День 6 -й	ОБЕД								
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	0,14	1	МР 2.4.0162-19
	Рассольник ленинградский	250	2,74	4,83	15,71	116,80	1,4	18	385-17
	Рагу из овощей	150	2,45	8,29	12,57	133,84	1,1	27	143-17
	Котлета мясная паровая	100	15,80	15,39	10,88	257,01	0,9	53	143-17
	Сок томатный	200	2	0,2	5,8	14,00	0,5	68	МР 2.4.0162-19
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	574-21
итого за обед		830	28,27	29,67	70,14	675,25	6,14		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы { + / - } %			-11,63	4,04	-12,87	-7,55	-12,3		
неделя 2 - я День 6 -й	ПОЛДНИК								
	Кефир (м. д. ж. 2.5%)	200	5,8	5	8	100,00	0,7	77	385-17
	Яйцо варёное	40	5,10	4,60	0,30	63,60	0,53	43	МР 2.4.0162-19
	Горошек зелёный консервированный	70	1,98	0,18	4,08	25,78	0,4	4	54-203-22
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	83,40	1,4	11	574-21
итого за полдник		350	16,08	10,317	28,42	271,18	2,53		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы { + / - } %			3,29	3,58	-1,03	1,02	-0,63		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	70,46	55,09	118,89	1258,26	10,40
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-1,77	12,49	-22,50	-8,44	-21,48

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	44,36	39,99	98,57	946,43	8,67
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-8,34	7,62	-13,91	-6,53	-12,89

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	86,54	65,41	147,31	1539,45	12,93
Норма по МР 2.4.0162-19.	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+ / -) %	1,52	19,07	-23,53	-17,42	-22,11

Россия Краснодарский край
10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с сахарным диабетом

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая		ХЕ	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У	ценность				
неделя 2 -я День 7 -й	ЗАВТРАК									
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	0,14	1	55421	
	Каша гречневая с овощами	150	5,54	3,80	24,27	153,08	2,1	35	656,22	
	Бефстроганов	100	18,00	20,11	5,58	279,00	0,5	36	55421	
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	60,00	1,3	70	55421	
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,00	2,1	11	57421	
итого за завтрак		580	28,83	24,88	70,64	623,68	6,14			
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75			
отклонение от нормы { + / - } %			-1,17	7,74	-2,72	0,35	-2,26			
неделя 2 -я День 7 -й	ОБЕД									
	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	0,3	3	54-43,22	
	Суп с крупой (пшеной)	250	3,50	5,19	16,51	126,79	1,8	22	126,79	
	Рыба припущенная	80	14,97	0,74	0,46	89,62	0,05	67	227,77	
	Картофель тушёный	145	2,92	3,188	21,407	120,07	1,8	29	54-43,22	
	Сок томатный	200	2	0,2	5,8	36,00	0,5	68	55421	
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,00	2,1	11	57421	
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	55421	
итого за обед		905	29,55	10,71	81,45	543,03	7,07			
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45			
отклонение от нормы { + / - } %			-10,56	-20,90	-9,31	-12,93	-8,8			
неделя 2 -я День 7 -й	ПОЛДНИК									
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	60,00	1,3	70	55421	
	Печень тёртая	100	18,94	10,33	7,35	196,85	0,62	60	355,27	
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8,02	41,20	0,7	11	57421	
итого за полдник		320	20,54	10,63	30,77	298,05	2,62			
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70			
отклонение от нормы { + / - } %			6,97	3,98	-0,29	2,12	-0,3			

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	58,38	35,59	152,09	1166,71	13,21
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы { + / - } %	-11,75	-19,17	-12,02	-12,57	-11,07

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	50,09	21,34	112,22	841,08	9,69
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы { + / - } %	-3,62	-16,92	-9,60	-10,81	-9,11

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	78,92	46,22	182,86	1464,76	15,83
Норма по МР 2.4.0162-19.	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы { + / - } %	-4,78	-9,18	-12,32	-10,46	-11,37

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с сахарным диабетом

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	ХЕ	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 2 -я День 8 -й	ЗАВТРАК								
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	0,25	2	139/5/15
	Котлета рыбная (минтай)	100	13,12	4,64	10,15	135,02	0,9	63	327/21
	Картофель отварной /	100	2,02	0,39	16,28	72,14	0,3	26	323/17
	Капуста тушёная (сложный гарнир)	70	1,64	2,50	4,36	46,82	0,4	26	139/17
	Сок морковный	200	1,7	0,2	18,9	84,00	1,6	68	139/17
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,00	1,7	11	574/21
итого за завтрак		590	23,21	8,593	71,42	455,915	6,15		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы { + / - } %			-5,92	-13,69	-2,47	-6,47	-2,22		
неделя 2 -я День 8 -й	ОБЕД								
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	0,04	1	139/5/15
	Борщ с картофелем	250	2,45	5,00	12,98	106,97	0,4	14	139/5/15
	Плов из перловой крупы с мясом	200	16,05	15,79	30,74	329,75	2,6	59	139/5/15
	Отвар шиповника	200	0,7	0,1	9,7	57,00	0,81	69	139/5/15
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,00	2,1	11	574/21
	Фрукты свежие (яблоко)	80	0,32	0,32	7,84	35,20	0,7	78	139/5/15
итого за обед		860	24,82	22,39	86,64	660,52	7,45		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы { + / - } %			-14,49	-5,54	-7,67	-8,15	-7,41		
неделя	ПОЛДНИК								
	Кефир (м. д. ж 2,5%)	200	5,8	5	11	100,00	0,7	77	139/5/15
	Крупеник	185	40,47	18,63	22,20	400,34	1,9	40	374/22
итого за полдник		385	46,27	21,63	30,20	500,34	2,60		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы { + / - } %			28,24	18,46	-0,47	10,34	-0,4		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	48,03	30,98	158,06	1116,43	13,60
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы { + / - } %	-20,31	-19,24	-10,14	-14,62	-3,53

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	71,09	44,02	116,84	1160,86	10,05
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы { + / - } %	13,75	12,92	-8,14	2,19	-2,75

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	94,30	52,61	188,26	1616,77	16,20
Норма по МР 2.4.0162-19.	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы { + / - } %	7,63	-0,78	-10,61	-4,28	-10,00

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с сахарным диабетом

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	ХЕ	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 2 -я День 9-й	ЗАВТРАК								
	Каша гречневая молочная жидкая	215	9,29	7,57	32,57	332,00	2,8	38	МР-6 4 19
	Сыр твёрдых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	53,80	0	9	54-13 22
	Отвар шиповника	200	0,7	0,3	9,7	57,00	0,5	69	МР-1 14 18
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,00	1,7	11	574 21
9-й	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	82/22
итого за завтрак		580	17,89	13,42	72,12	490,00	6,13		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы { + / - } %			-10,22	-27,04	-2,25	-5,08	-2,3		
неделя 2 -я День 9-й	ОБЕД								
	Горошек зелёный консервированный	70	1,08	0,12	4,08	25,78	0,2	4	54-20 22
	Суп "Минестроне"	250	2,669	4,12	11,058	83,77	0,7	19	134/21
	Котлета рубленая из птицы	100	18,31	6,52	16,91	202,60	2,3	48	57-53 21
	Картофель отварной и / соус сметанный с овощами	120	2,28	0,44	16,31	86,52	0,8	30	125/17
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0,5	0	13,40	59,6	0,2	71	54-14 22
	Галеты	20	1,90	2,00	13,10	78,00	1,1	12	Пром. пр.
9-й	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,00	2,1	11	574 21
итого за обед		840	32,90	16,54	98,40	674,00	9,00		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы { + / - } %			-7,81	-13,23	-3,96	-7,60	-1,7		
неделя 2 -я День 9-й	ПОЛДНИК								
	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,8	0	0	100,00	0,7	77	386 17
	Голубцы ленивые с соусом	100 / 20	18,95	11,61	4,09	171,87	0,4	52	525 22
	Хлеб ржаной	30	1,20	0,225	6,015	30,90	0,3	11	574 21
итого за полдник		350	27,15	17,060	24,12	333,67	2,10		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы { + / - } %			12,43	12,45	-2,39	35,88	-2,22		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	50,79	29,97	170,52	1164,00	15,13
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+/-) %	-18,03	-20,57	-6,21	-12,68	-3,98

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	60,05	33,60	122,52	1007,67	11,10
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+/-) %	4,62	-0,79	-6,35	-4,04	-3,89

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	77,93	47,03	194,64	1497,67	17,23
Норма по МР 2.4.0162-19.	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+/-) %	-5,99	-8,12	-8,60	-9,12	-6,19

Россия Краснодарский край

10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для учащихся в общеобразовательном учреждении

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: 2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	ХЕ	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
неделя 2 -я День 10 -й	ЗАВТРАК								
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	0,14	11	МР 2.4.0162-19
	Рагу из овощей с отварным мясом	230	18,20	18,80	23,10	336,00	2	57	МР 2.4.0162-19
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	60,00	1,3	70	МР 2.4.0162-19
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	МР 2.4.0162-19
итого за завтрак		560	23,49	19,77	63,89	527,60	5,54		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,59	-1,01	-4,85	-3,55	-4,48		
неделя 2 -я День 10 -й	ОБЕД								
	Помидор свежий в нарезке	70	0,93	0,13	2,86	14,03	0,25	2	МР 2.4.0162-19
	Щи из свежей. капусты с картофелем	250	21,98	4,94	8,50	87,46	0,8	15	МР 2.4.0162-19
	Биточек рыбный и / соус	100/20	17,08	6,48	10,83	154,17	1	65	МР 2.4.0162-19
	Каша вязкая (пшеничная)	180	4,77	5,10	26,40	170,36	2,3	33	МР 2.4.0162-19
	Молоко кипячёное	200	5,9	5,00	9,60	107,00	0,8	76	МР 2.4.0162-19
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	МР 2.4.0162-19
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	МР 2.4.0162-19
итого за обед		965	35,86	22,94	91,88	701,48	8,07		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,37	-4,81	-6,02	-6,48	-5,17		
неделя 2 -я День 10 -й	ПОЛДНИК								
	Кефир (м. д. ж 2,5%)	200	5,9	5	8	100,00	0,7	77	МР 2.4.0162-19
	Яйцо варёное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	43	МР 2.4.0162-19
	Кукуруза консервированная	70	1,4	0,233	7,117	36,32	0,6	5	МР 2.4.0162-19
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,5	16,04	82,40	1,4	11	МР 2.4.0162-19
итого за полдник		350	15,50	10,43	31,46	281,92	2,73		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			2,81	3,73	-0,24	1,46	0,11		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	59,36	42,71	155,77	1229,08	13,61
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-13,65	-3,80	-34,43	-246,92	-2,59

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	51,36	33,38	123,34	983,40	10,80
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-2,56	-1,09	-19,31	-123,60	-1,35

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	74,85	53,15	187,23	1511,00	16,34
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-8,14	-0,07	-34,67	-210,00	-2,56