



"УТВЕРЖДАЮ"
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



Россия Краснодарский край
ПРИЛОЖЕНИЕ
К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

ПЕРИОД:

2025-2026
2023-24 г.г.

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

меню разработано согласно:

Методическим рекомендациям МР 2.4.0162-19.

2023 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

к 10 - тидневное меню приготавливаемых блюд школьных завтраков-обедов-полдников
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон:

2023 - ____ г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 1 -й	ЗАВТРАК							
	Каша пшённая рассыпчатая	125	5,46	5,07	30,75	190,51	32	2023, 01
	Мясо отварное в бульоне	75	15,07	15,00	0,07	185,00	53	МР 2.4.0162-19
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	87,50	74	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,53	3,4	11,54	92,49	9	Пром. пр.
неделя 1 -я День 1 -й	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,05	79	2023, 01
	итого за завтрак	520	23,16	23,87	67,16	578,99		
	Норма по МР 2.4.0162-19.	25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
	отклонение от нормы (+ / -) %		-0,36	-0,05	-4,95	-1,91		
	ОБЕД							
неделя 1 -я День 1 -й	Огурец свежий в нарезке	60	0,43	0,05	1,14	7,00	1	МР 2.4.0162-19
	Борщ с капустой и картофелем	250	2,298	4,269	9,61	86,57	10	МР 2.4.0162-19
	Рагу из птицы	190	18,04	15,25	15,98	271,32	43	МР 2.4.0162-19
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	158,75	9	Пром. пр.
неделя 1 -я День 1 -й	итого за обед	730	27,72	27,777	69,21	650,62		
	Норма по МР 2.4.0162-19.	35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
	отклонение от нормы (+ / -) %		-5,52	-5,97	-14,34	-9,05		
	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром	180	0,18	0	13,5	51,30	74	МР 2.4.0162-19
неделя 1 -я День 1 -й	Икра из кабачков	50	0,45	2	2,7	33,00	8	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,25	9	Пром. пр.
	Фрукты свежие (банан)***	115	2,07	4,53	19,778	128,10	80	2023, 01
	итого за полдник	355	3,72	8,226	41,75	253,60		
	Норма по МР 2.4.0162-19.	10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
	отклонение от нормы (+ / -) %		-6,05	-1,40	2,47	0,12		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	50,87	51,65	136,37	1229,61
Норма по МР 2.4.0162-19.	56,40	57,42	200,94	1504,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-5,88	-6,03	-19,28	-10,95

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	31,43	36,00	110,95	904,22
Норма по МР 2.4.0162-19.	42,30	43,07	150,71	1128,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-11,56	-7,38	-11,87	-8,93

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,59	59,88	178,11	1483,21
Норма по МР 2.4.0162-19.	65,80	66,99	234,43	1754,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-11,23	-7,43	-15,82	-10,84

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

К 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон :

2023 - ____ г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по СБ с-р гос. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 2 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,1167	2,684	14,934	2	СБ с-р гос. изд.
	Плов из риса с отварным мясом	210	17,12	19,43	40,74	409,50	58	СБ с-р гос. изд.
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	СБ с-р гос. изд.
	Хлеб безглютеновый*	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	СБ с-р гос. изд.
итого за завтрак		500	19,97	22,94	90,37	656,92		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,76	-1,03	1,98	-1,20		
неделя 1 -я День 2 -й	ОБЕД							
	Икра морковная	60	1,03	4,38	4,53	46,10	6	СБ с-р гос. изд.
	Суп с крупой (гречка)	200	3,05	3,18	31,30	117,45	18	СБ с-р гос. изд.
	Омлет*** с мясом и / овощи консервированные отварные	150	25,16	16,90	1,95	367,32	41	СБ с-р гос. изд.
		30	0,86	1,09	1,52	19,14	41	СБ с-р гос. изд.
	Молоко кипячённое ***	200	5,8	5,00	9,60	107,60	76	СБ с-р гос. изд.
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,75	9	СБ с-р гос. изд.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	СБ с-р гос. изд.
итого за обед		770	39,34	36,03	56,24	718,05		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	117,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			6,85	2,65	-18,21	-6,36		
неделя 1 -я День 2 -й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	СБ с-р гос. изд.
	Биточек рисовый с морковью	80	1,69	4,92	12,77	115,31	38	СБ с-р гос. изд.
	и / джем абрикосовый	20	0,099	0,311	10,295	41,66	38	СБ с-р гос. изд.
итого за полдник		300	2,09	5,03	39,26	206,06		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,78	-4,75	1,72	-1,78		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		59,30	58,98	146,61	1374,97
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	56,40	57,42	200,94
отклонение от нормы (+ / -) %		3,09	1,63	-16,22	-5,15

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК		41,42	41,06	95,50	924,12
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	42,30	43,07	150,71
отклонение от нормы (+ / -) %		-0,93	-2,10	-16,48	-8,14

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		61,39	64,00	185,87	1581,037
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	65,80	66,99	234,43
отклонение от нормы (+ / -) %		-4,69	-3,12	-14,50	-6,94

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью, (молочку можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

К 10-ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон:

2023 - ____

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ 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	60	0,43	0,08	1,14	7,00		УФ 82-19
	Тефтели рыбные (минтай)***	90 / 20	11,29	4,05	6,61	108,36	62	УФ 82-19
	Пюре картофельное /	120	2,80	4,00	18,10	123,00	22	УФ 82-19
	/ Капуста отварная (сложный гарнир)	50	1,05	1,15	2,65	25,50	22	УФ 82-19
	Сок фруктовый (яблочный)	200			20,2	84,80	66	УФ 82-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Посл. тр.
итого за завтрак		560	18,40	12,661	60,24	443,141		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,42	-11,77	-23,49	-7,32		
неделя 1-я День 3-й	ОБЕД							
	Икра секольная	55	0,80	5,10	5,00	69,00	7	УФ 82-19
	Суп из овощей	200	1,78	3,04	8,11	69,97	14	УФ 82-19
	Мясо тушёное	50 / 50	15,20	17,38	2,56	224,00	54	УФ 82-19
	Каша вязкая (рисовая)	150	2,56	4,17	25,57	154,35	36	УФ 82-19
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	66	УФ 82-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Посл. тр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	УФ 82-19
итого за обед		835	24,79	35,19	94,75	803,35		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-8,63	-1,77	-22,47	-7,32		
неделя 1-я День 3-й	ПОЛДНИК							
	Чай фруктовый	200	0,188	0,05	14,96	10,74	73	УФ 82-19
	Сардельки мясные паровые	90	16,50	14,10	3,20	205,00	52	УФ 82-19
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,20	9	Посл. тр.
итого за полдник		300	17,70	15,848	23,93	306,94		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			8,33	6,56	-9,56	56,24		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	43,19	47,85	155,00	1246,49
Норма по МР 2.4.0162-19.	56,40	57,42	200,94	1504,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-14,05	-10,00	-43,72	-257,71

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	42,49	51,04	118,68	1110,29
Норма по МР 2.4.0162-19.	42,30	43,07	150,71	1128,15
отклонение от нормы (+ / -) %	0,20	8,33	-31,57	-17,86

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	60,89	63,70	178,93	1553,428
Норма по МР 2.4.0162-19.	65,80	66,99	234,43	1754,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-5,22	-3,44	-55,50	-201,472

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

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

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон:

2023 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ п-р / Сб. п-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1-я День 4-й	ЗАВТРАК							
	Каша вязкая гречневая	125	3,82	4,17	17,10	121,25	34	МР 2.4.0162-19
	Мясо отварное в бульоне	75	15,07	15,00	0,07	193,00	53	МР 2.4.0162-19
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР 2.4.0162-19
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	МР 2.4.0162-19
итого за завтрак		520	21,52	22,97	53,52	509,74		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,11	-1,00	-9,02	-4,67		
неделя 1-я День 4-й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,1297	7,584	14,934	2	МР 2.4.0162-19
	Суп картофельный с горохом	200	4,8	3,1	19,3	124,00	17	МР 2.4.0162-19
	Мясо духовое	200	15,61	15,86	17,50	272,50	56	МР 2.4.0162-19
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	143,60	77	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	МР 2.4.0162-19
итого за обед		700	28,17	27,075	81,962	695,183		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,03	-6,71	-10,53	-7,27		
неделя 1-я День 4-й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	МР 2.4.0162-19
	Яйцо вареное ***	40	5,10	4,60	0,30	63,00	40	МР 2.4.0162-19
	Горошек консервированный	40	1,10	0,07	2,30	34,70	4	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР 2.4.0162-19
	итого за полдник	300	8,43	8,070	29,14	227,186		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,03	-1,57	-1,30	-29,94		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	49,69	50,05	135,48	1204,92
Норма по МР 2.4.0162-19.	56,40	57,42	200,94	1504,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-7,14	-7,70	-19,55	-17,94

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	36,60	35,14	111,10	922,37
Норма по МР 2.4.0162-19.	42,30	43,07	150,71	1128,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-6,06	-8,28	-17,82	-8,21

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	58,12	58,12	164,62	1432,11
Норма по МР 2.4.0162-19.	65,80	66,99	234,13	1754,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-8,17	-9,27	-20,84	-12,88

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молочку можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

К 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон:

2023 - ____

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 5 -й	ЗАВТРАК							
	Перец болгарский в нарезке	60	0,83	0,08	2,93	5,38	3	54-43-11
	Биточки мясные паровые	90	13,53	12,91	5,16	140,95	46	177-2-11
	Картофель и овощи тушёные в соусе	150	3,00	8,84	21,80	178,90	27	142-2-11
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,10	70	177-2-11
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	177-2-11
итого за завтрак		520	19,58	25,43	67,23	580,75		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-11,7	1,57	-4,93	-1,83		
неделя 1 -я День 5 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	12,80	2	177-2-11
	Щи из свежей капусты вегетарианские	200	2,40	3,40	6,50	63,00	13	177-2-11
	Рыба припущенная***	90	15,01	6,73	0,76	119,46	65	177-2-11
	Картофель отварной	120	2,29	3,48	18,41	117,18	30	177-2-11
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	26	106,00	66	177-2-11
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	128,73	9	177-2-11
	Фрукты свежие (апельсин)***	100	0,78	0,15	9,18	37,00	81	177-2-11
итого за обед		800	23,22	18,93	79,53	592,89		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-10,28	-15,22	-11,25	-11,35		
неделя 1 -я День 5 -й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	177-2-11
	Котлета школьная паровая	90	14,95	8,40	5,38	157,37	47	177-2-11
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,25	9	177-2-11
итого за полдник		300	16,30	10,20	26,33	257,6		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,5	33,49	250,00		
отклонение от нормы (+ / -) %			7,34	0,65	-2,14	0,27		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	42,81	44,35	146,76	1173,64
Норма по МР 2.4.0162-19.	56,40	57,42	200,94	1504,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-14,46	-13,66	-16,18	-13,19

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	39,53	29,13	105,86	850,46
Норма по МР 2.4.0162-19.	42,30	43,07	150,71	1128,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-2,95	-14,56	-13,39	-11,08

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	59,11	54,55	173,08	1431,21
Норма по МР 2.4.0162-19.	65,80	66,99	234,43	1754,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-7,12	-13,00	-18,32	-12,91

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

К 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон:

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ по сб. р-р
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 6 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	32,90	2	54-21-22
	Сардельки мясные паровые	70	13,90	10,90	2,50	160,70	52	54-21-22
	Морковь припущенная	130	1,80	2,30	9,70	69,80	26	54-21-22
	Какао с молоком ***	200	3,3	2,9	22,91	120,84	78	412-1
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	62,24	9	Пром. п.
Плоды свежие (банан)***		100	1,1	3,94	17,194	113,9	80	54-21-22
итого за завтрак		580	23,53	23,54	66,15	572,36		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+/-) %			0,03	-0,41	-5,25	-2,17		
неделя 2 -я День 6 -й	ОБЕД							
	Огурец свежий в нарезке	60	0,43	0,06	1,14	7,00	1	54-21-22
	Рассольник ленинградский	200	2,10	3,86	12,57	63,30	15	54-21-22
	Рагу из овощей	150	2,71	9,37	12,21	125,00	25	54-21-22
	Котлета мясная паровая	90	17,43	16,19	5,24	245,24	50	54-21-22
	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	20,2	84,80	66	385-1
Хлеб безглютеновый *		30	2,03	3,4	11,54	62,24	9	Пром. п.
итого за обед		730	26,83	34,58	68,67	705,87		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
отклонение от нормы (+/-) %			-6,46	1,13	-14,49	-6,84		
неделя 2 -я День 6 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,60	108,00	70	54-21-22
	Яйцо варёное ***	40	5,10	4,80	0,30	63,00	40	54-21-22
	Кукуруза сахарная	60	1,20	0,20	6,10	31,30	5	54-21-22
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	31,30	9	Пром. п.
итого за полдник		310	7,52	6,700	37,97	238,50		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
отклонение от нормы (+/-) %			-2,01	-3,00	1,34	-0,49		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			50,36	58,11	134,82	1270,23
Норма по МР 2.4.0162-19.			60%	56,40	57,42	200,94
отклонение от нормы (+/-) %				-6,43	0,73	-19,74

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК			34,34	41,28	106,64	944,37
Норма по МР 2.4.0162-19.			45%	42,30	43,07	150,71
отклонение от нормы (+/-) %				-8,47	-1,87	-13,16

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			57,87	64,81	172,79	1516,73
Норма по МР 2.4.0162-19.			70%	65,80	66,99	234,43
отклонение от нормы (+/-) %				-8,43	-2,27	-12,47

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки")

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключается).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

К 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон:

2023 - ____ г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 7 -й	ЗАВТРАК							
	Огурец свежий в нарезке	60	0,43	0,06	1,14	7,00	1	1982-18
	Каша гречневая с овощами	150	5,54	3,80	24,27	153,08	35	958-22
	Бефстроганов	90	16,20	18,10	5,02	231,20	55	1982-18
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	1982-18
	Хлеб безглютеновый *	20	2,93	3,4	11,54	92,49	9	1982-18
итого за завтрак		520	24,20	25,36	77,37	643,66		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			9,75	1,50	-1,90	9,67		
неделя 2 -я День 7 -й	ОБЕД							
	Перец болгарский в нарезке	60	0,83	0,08	2,93	15,38	3	64-43-72
	Суп с крупой (пшенной)	200	2,80	4,16	13,26	101,43	19	1982-18
	Рыба припущенная***	90	14,01	6,73	0,76	118,48	65	227-17
	Картофель тушёный	145	2,92	3,188	21,407	120,027	28	647-11
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	0	0	25,4	105,40	66	1982-18
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	1982-18
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	41,66	79	647-11
итого за обед		825	25,00	19,64	90,87	650,67		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-8,40	-14,47	-7,87	-6,05		
неделя 2 -я День 7 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	1982-18
	Печень тёртая	90	16,31	9,56	6,08	176,63	61	1982-18
	Хлеб безглютеновый *	20	1,015	1,17	5,77	46,20	9	1982-18
итого за полдник		300	17,33	11,26	47,25	357,83		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			8,43	1,77	13,76	4,27		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	49,20	45,00	168,24	1294,33
Норма по МР 2.4.0162-19.	56,40	57,42	200,94	1504,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-7,66	-12,98	-9,76	-8,37

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	42,33	30,91	138,11	1008,50
Норма по МР 2.4.0162-19.	42,30	43,07	150,71	1128,15
отклонение от нормы (+ / -) %	0,03	-12,71	-3,76	-4,77

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	66,53	56,26	215,48	1652,16
Норма по МР 2.4.0162-19.	65,80	66,99	234,43	1754,90
отклонение от нормы (+ / -) %	0,76	-11,21	-5,66	-4,10

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

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

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон:

2023 - ____

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ по сб. р-р. год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 8 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,70	0,10	2,30	10,80	2	МР.2.0162-19
	Шницель рыбный(на пару)***	80	12,38	3,43	1,27	86,39	64	2023
	Пюре картофельное/	110	2,38	3,67	16,59	114,24	23	МР.2.0162-19
	Капуста тушёная (сложный гарнир)	50	1,23	3,81	3,50	56,15	23	МР.2.0162-19
	Сок фруктовый (яблочный)	200		0	20,2	84,80	66	2023
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР.2.0162-19
итого за завтрак		520	19,72	14,405	55,41	447,209		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,02	-9,95	-8,46	-7,16		
неделя 2 -я День 8 -й	ОБЕД							
	Огурец свежий в нарезке	60	0,43	0,06	1,14	1,90	1	МР.2.0162-19
	Борщ с картофелем	200	9,97	4,00	10,36	81,94	11	МР.2.0162-19
	Плов из риса с отварным мясом	200	16,30	18,50	36,20	380,70	59	МР.2.0162-19
	Отвар шиповника с сахаром	200	0,7	0,3	24,7	117,00	67	МР.2.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	148,73	9	МР.2.0162-19
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	42,00	79	МР.2.0162-19
итого за обед		790	22,85	28,36	102,14	782,32		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-10,70	-5,36	-4,50	-3,76		
	ПОЛДНИК							
	Сок фруктовый (персиковый)	200		0	26	108,00	66	2023
	Каша гречневая с овощами	150	5,54	3,80	24,27	153,08	35	МР.2.0162-19
итого за полдник		350	6,54	3,80	50,27	261,08		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			-3,04	-6,03	5,01	9,41		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	42,57	42,77	157,54	1229,53
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	56,40	57,42	200,94	1504,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-14,72	-15,31	-12,96	-10,96

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	29,39	32,16	152,40	1043,40
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	42,30	43,07	150,71	1128,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-13,74	-11,39	2,51	-3,38

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	49,11	46,57	207,81	1490,61
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	65,80	66,99	234,43	1754,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-17,76	-21,34	-7,95	-10,54

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

к 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

Сезон:

2023 - ____

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ гос. рег. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 9-й	ЗАВТРАК							
	Рис с кукурузой и морковью	200	4,66	4,46	43,43	211,73	37	54-213-22
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	525-22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	525-22
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	45,00	79	52-22
итого за завтрак		520	10,99	11,36	89,94	513,22		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+/-) %			-13,31	-13,13	1,85	-4,53		
неделя 2 -я День 9-й	ОБЕД							
	Горошек зелёный консервированный	60	1,70	0,10	3,50	21,00	14	54-213-22
	Суп "Минестроне"	200	2,099	3,53	9,388	77,89	16	545-22
	Котлета рубленая из птицы	90	22,08	9,47	0,90	176,21	43	515-22
	Картофель отварной и / соус сметанный с овощами	120	2,29	0,44	18,31	89,52	29	525-22
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	31,69	128,2	69	54-213-22
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	525-22
	итого за обед	730	32,04	21,24	81,98	659,45		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
отклонение от нормы (+/-) %			-0,92	-12,81	-10,52	-8,70		
неделя 2 -я День 9-й	ПОЛДНИК							
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	81,80	66	525-22
	Голубцы ленивые с соусом	75 / 15	9,46	10,95	3,01	149,37	49	525-22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	525-22
итого за полдник		310	12,49	14,354	34,76	326,66		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
отклонение от нормы (+/-) %			3,28	5,00	0,38	3,03		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	43,02	32,60	171,92	1172,66
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	56,40	57,42	200,94
отклонение от нормы (+/-) %		-14,23	-25,94	-8,87
				-13,22

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	44,52	35,59	116,74	986,10
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	42,30	43,07	150,71
отклонение от нормы (+/-) %		2,37	-7,81	-10,14
				-5,67

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	55,51	46,95	206,68	1499,32
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	65,80	66,99	234,43
отклонение от нормы (+/-) %		-10,95	-20,94	-8,29
				-10,19

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молочку можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

К 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: с 7 до 11 лет

2 - я неделя

Сезон:

2023 -

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ 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	60	0,43	0,06	1,14	7,00		
	Жаркое по - дормашнему	170	15,03	17,17	21,00	299,34	57	
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	
	Плоды свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,194	111,39	80	
итого за завтрак		550	19,59	24,66	66,08	569,22		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	23,50	23,93	83,73	626,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,16	0,77	-5,27	-2,29		
неделя 2 -я День 10 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	60	0,75	0,10	2,30	12,80	2	
	Щи из свежей. калусты с картофелем	200	7,71	2,976	6,80	61,53	12	
	Биточек рыбный*** и / соус	70,20	8,50	2,84	6,41	85,37	63	
	Каша вязкая (пшеничная)	150	3,98	4,26	22,03	142,12	33	
	Молоко кипячёное ***	200	5,8	5,00	9,60	107,16	76	
неделя 2 -я День 10 -й	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,6	44,00	79	
итого за обед		830	24,20	20,67	74,26	591,36		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	32,90	33,50	117,22	877,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-9,26	-13,41	-12,83	-11,41		
неделя 2 -я День 10 -й	ПОЛДНИК							
	Чай фруктовый	200	0,189	0,05	14,96	60,74	73	
	Яйцо варёное***	40	5,10	4,60	0,30	63,80	40	
	Кукуруза консервированная	60	1,2	0,2	6,1	32,30	5	
неделя 2 -я День 10 -й	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	
	итого за полдник	320	8,52	8,25	32,90	247,52		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	9,40	9,57	33,49	250,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,94	-1,38	-0,18	-0,13		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	43,79	45,33	140,34	1160,58
Норма по МР 2.4.0162-19.	56,40	57,42	200,94	1504,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-13,42	-12,64	-18,10	-13,71

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	32,72	28,91	107,16	838,88
Норма по МР 2.4.0162-19.	42,30	43,07	150,71	1128,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-10,20	-14,19	-13,00	-11,54

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	52,31	53,58	173,24	1408,11
Норма по МР 2.4.0162-19.	65,80	66,99	234,43	1754,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-14,35	-14,02	-18,27	-13,83

* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

** для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.