

Семасович
директор центра "НЕТ"
М. П. Маркова



"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:

2023 - 24 г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно:

Методическим рекомендациям МР 2.4.0162-19.

2023 г.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

К 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ 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	XE	№ рецептуры	№ по сб. пр / год. изд.
			Б	Ж	У				
ЗАВТРАК									
неделя 1-я День 1-й	Каша пшённая молочная жидкая	200	7,10	7,20	27,80	220,00	2,4	37	574-21
	Галеты пресные	20	1,90	2,00	13,10	78,60	1,1	12	574-21
	Отвар шиповника	200	0,7	0,3	9,7	57,00	0,81	69	574-21
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,22	61,80	1	11	574-21
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,6	44,00	0,82	78	574-21
итого за завтрак		550	12,50	10,35	72,43	461,40	8,13		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-17,75	-8,65	-6,82	-154,60	-1,62		
ОБЕД									
неделя 1-я День 1-й	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	0,14	1	574-21
	Борщ с капустой и картофелем	350	2,298	4,269	9,61	86,57	0,8	13	574-21
	Рагу из птицы	180	2,199	5,65	14,24	192,79	1,2	46	574-21
	Молоко кипячёное	200	5,3	5,00	9,60	107,00	0,8	76	574-21
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	574-21
итого за обед		760	34,48	15,886	60,06	517,96	5,04		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,87	-10,714	-50,89	-343,04	-4,41		
ПОЛДНИК									
неделя 1-я День 1-й	чай с молоком без сахара	200	1,6	1,6	3,4	20,00	0,3	75	574-21
	Бутерброд с сыром	15 / 25	3,5	4,775	10,025	195,30	0,64	10	574-21
	Фрукты свежие (яблоко)	110	0,44	0,44	10,78	48,40	0,9	78	574-21
итого за полдник		350	7,54	6,815	24,21	179,70	2,04		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,56	-0,785	-7,49	-66,30	-0,66		

	Б	Ж	У	Энергетическая ценность Ккал	XE
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,98	26,24	72,49	979,36	11,17
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,00	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-25,62	-18,76	-117,71	-496,64	-5,03

	Б	Ж	У	Энергетическая ценность Ккал	XE
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	42,02	22,70	24,27	697,66	7,08
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-12,43	-11,50	-118,38	-409,34	-5,07

	Б	Ж	У	Энергетическая ценность Ккал	XE
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	96,52	55,64	120,96	1766,72	20,27
Норма по МР 2.4.0162-19.	139,35	86,80	373,90	2928,00	34,50
отклонение от нормы (+ / -) %	-42,83	-31,16	-252,94	-1161,28	-14,23

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

к 10 - тидневное меню приготавливаемых 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)			Энергетическая ценность	ХЕ	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 1-я	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,58	14,45	0,25	2	МФ 2018-10
	Плов из перловой крупы с мясом	220	21,61	19,63	34,58	491,38	2,9	59	МФ 2018-10
День 2-й	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	60,00	1,3	70	МФ 2018-10
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,01	11	МФ 2018-10
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	-0,81	-1,07		
ОБЕД									
неделя 1-я	Икра морковная	60	1,05	4,38	4,53	46,00	0,4	6	МФ 2018-10
	Суп с крупой (гречка)	250	12,1	1,83	11,81	94,74	2	21	МФ 2018-10
День 2-й	Омлет с птицей и / овощи консервированные отварные	165	29,82	17,98	2,12	291,22	0,2	44	МФ 2018-10
	Молоко кипячёное	200	5,2	6,00	9,60	117,00	0,8	76	МФ 2018-10
День 2-й	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,1	11	МФ 2018-10
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	МФ 2018-10
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 (+/-) %			-3,30	9,17	-14,90	-4,81	-14,7		
ПОЛДНИК									
неделя 1-я	Чай с лимоном без сахара	200	0	0	0,2	3,00	0,02	74	МФ 2018-10
	Биточек пшённый с морковью	90	3,32	5,76	17,12	133,06	1,5	36	МФ 2018-10
День 2-й	Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,03	61,80	1	11	МФ 2018-10
	итого за полдник		320	5,70	6,21	29,35	196,86	2,52	
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы (+/-) %			-5,29	-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 (+/-) %	0,50	11,30	-15,69	-5,42	-15,8

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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	7,34	-15,64	-6,81	-16,37

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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 (+/-) %	-4,75	9,50	-19,43	-7,42	-16,44

ПРИЛОЖЕНИЕ Россия Краснодарский край
К 10 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ 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	№ рецептуры	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 1-я День 3-й	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	0,14	1	МР 2.4.0162-19
	Тефтели рыбные (минтай)	100 / 20	19,45	11,65	8,91	220,10	0,8	62	239/17
	Картофель отварной/	100	1,91	2,88	15,34	44,00	1,3	25	312/17
	/ Капуста отварная (сложный гарнир)	80	1,48	2,46	3,59	42,70	0,3	25	155/21
	Сок томатный	200	2	0,2	5,8	36,00	0,5	68	МР 2.4.0162-19
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,1	11	574/21
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	4,74		
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,13	-0,64	-6,38	-3,65	-6,0		
ОБЕД									
неделя 1-я День 3-й	Икра секольная	60	1,00	5,10	5,70	33,00	0,5	7	МР 2.4.0162-19
	Суп из овощей	250	2,29	3,80	10,31	84,62	0,9	17	МР 2.4.0162-19
	Мясо тушёное	50 / 50	15,20	17,38	2,55	224,00	0,25	55	259/17
	Каша вязкая (ячневая)	180	3,74	3,84	23,17	140,19	2	32	102/17
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0,5	0	13,40	55,6	1,2	71	54/14/23
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,1	11	574/21
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	32/01
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	-14,97	-6,2		
ПОЛДНИК									
неделя 1-я День 3-й	Молоко кипячёное	200	5,8	5,00	9,60	107,00	0,8	76	18/11
	Котлета рыбная (минтай)	100	19,45	4,64	10,15	155,02	0,9	63	207/21
	Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,03	61,80	1	11	574/21
итого за полдник		330	21,32	10,087	31,78	303,82	2,70		
Норма по МР 2.4.0162-19,		10%	12,10	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы (+ / -) %			7,62	3,27	-0,22	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,	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-12,52	5,24	-13,30	-8,32	-12,19

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК	49,25	41,31	120,78	1049,84	10,47
Норма по МР 2.4.0162-19,	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,30	9,35	-6,90	-2,32	-6,22

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	79,37	59,67	179,81	1575,136	15,610
Норма по МР 2.4.0162-19,	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-4,40	8,51	-13,29	-8,97	-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)			Энергетическая ценность	XE	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. пр-т год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 1-я	Крупеник без сахара и /	180	35,37	16,18	21,60	389,52	1,8	39	374-22
	Сметана	15	0,5	2	0,5	21,25	0,05	39	
День 4-й	Чай без сахара	200	0,2	0	0,1	1,40	0,01	73	54-1гн.22
	Галеты	30	2,85	3	20,55	117,90	1	12	Пром. пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	135	0,54	0,54	13,23	59,40	1,1	78	82-21
итого за завтрак		560	43,46	21,72	65,98	589,47	5,16		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	70,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы (+/-) %			10,92	3,58	-7,34	-1,04	-5,9		
ОБЕД									
неделя 1-я	Помидор свежий в нарезке	70	3,82	0,12	2,68	14,93	0,25	2	МР 2.4.0162-19
	Суп картофельный с горохом	250	5,7	3,8	24,1	156,90	2,01	20	МР 2.4.0162-19
День 4-й	Мясо духовое	190	14,06	14,32	17,06	252,63	1,5	58	258-17
	Молоко кипячёное	200	5,8	5,00	9,60	107,00	0,8	76	188-27
	Хлеб ржаной	60	4,8	0,9	24,06	123,60	2,1	11	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	36,00	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы (+/-) %			-8,92	-3,11	-10,55	-8,41	-10,3		
ПОЛДНИК									
День 4-й	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,9	5	8	190,00	0,7	77	386-17
	Запеканка из творога с морковью без сахара	150	23,65	12,22	15,79	268,35	1,4	41	224-17
итого за полдник		350	29,66	17,221	23,79	368,347	2,10		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	12,00	7,60	31,70	246,00	2,70		
отклонение от нормы (+/-) %			14,51	12,96	-2,50	4,97	-2,2		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	XE
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	75,04	45,96	133,49	1243,64	11,82
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,00	45,00	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+/-) %	3,02	0,47	-17,89	-9,45	-19,22

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	XE
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	61,24	41,46	101,29	1022,51	8,76
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,25	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+/-) %	9,97	5,55	-13,05	-3,43	-12,58

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	XE
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	164,70	93,18	157,27	1611,98	13,92
Норма по МР 2.4.0162-19.	84,70	58,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+/-) %	16,53	13,13	-20,39	-4,47	-18,44

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

2023 - ___ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	ХЕ	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р.р. год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 1 -я День 5 -й	Салат из квашеной капусты	70	1,17	3,16	3,17	41,70	0,3	8	47,07
	Биточки (особые) мясные	100	15,93	8,03	9,31	177,13	0,8	49	269,17
	Картофель и овощи тушёные в соусе	150	3,00	8,84	21,80	178,90	1,8	28	142,17
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	80,00	1,3	70	111,00
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,00	1,7	11	574,21
итого за завтрак		570	25,10	20,78	69,73	559,71	6,00		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	30,25	19,00	79,25	615,00	6,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,26	2,34	-3,00	-2,21	-2,8		
ОБЕД									
неделя 1 -я День 5 -й	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,88	14,53	0,25	2	МР/8: 19
	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,30	4,20	3,10	74,00	0,3	16	МР/1: 28-19
	Рыба припущенная в молоке (минтай)	100	14,77	3,13	2,82	95,01	0,25	66	297,21
	Картофель отварной	120	2,29	3,48	18,41	112,00	1,6	31	810,19
	Сок морковный	200	1,7	0,2	15,8	84,00	1,5	68	МР/1: 16-19
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	574,21
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	0,82	78	11,73
итого за обед		900	26,48	12,40	86,07	558,35	7,32		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	42,35	26,60	110,95	861,00	9,45		
отклонение от нормы (+ / -) %			-13,12	-18,68	-8,18	-12,30	-7,89		
ПОЛДНИК									
неделя 1 -я День 5 -й	Молоко кипячёное	200	3,8	5,00	9,60	117,00	0,8	76	113,07
	Котлета школьная	90	13,77	9,90	11,97	191,70	1	50	327,21
	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8,02	41,30	0,7	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	246,00	2,5		
отклонение от нормы (+ / -) %			7,50	7,60	-0,67	3,82	-0,74		

	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	-11,17	-14,51	-10,67

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	47,65	27,60	114,66	898,26	9,82
Норма по МР 2.4.0162-19.	54,45	34,20	142,65	1107,00	12,15
отклонение от нормы (+ / -) %	-8,62	-8,68	-8,83	-8,49	-8,63

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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	-6,34	-11,83	-10,66	-11,41

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)			Энергетическая ценность	ХЕ	№ рецептуры	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 2 - я День 6 - й	Помидор свежий в нарезке	70	2,82	0,12	2,68	14,93	0,25	2	МР 2.4.0162-19
	Омлет с птицей и / овощи припущенные (морковь)	165	19,51	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	157-22
	Хлеб ржаной	200	5,8	5,03	9,60	107,00	0,8	76	155-21
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,36	123,60	2,1	11	574-21
	Фрукты свежие (яблоко)	80	0,32	0,32	7,84	35,20	0,7	78	51-21
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		
ОБЕД									
неделя 2 - я День 6 - й	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,90	0,14	7	МР 2.4.0162-19
	Рассольник ленинградский	250	2,74	4,83	15,71	116,80	1,4	18	22-21
	Рагу из овощей	150	2,45	9,29	12,57	133,84	1,1	27	143-17
	Котлета мясная паровая	100	15,80	15,39	10,68	257,01	0,9	53	МР 2.4.0162-19
	Сок томатный	200	2	0,2	5,8	36,00	2,5	68	МР 2.4.0162-19
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,36	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 (+/-) %			-14,63	4,04	-12,87	-7,55	-12,3		
ПОЛДНИК									
неделя 2 - я День 6 - й	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,8	0,4	11,2	105,00	0,7	77	155-21
	Яйцо варёное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	43	174-19
	Горошек зелёный консервированный	70	11,82	0,12	4,05	25,78	0,4	4	54-203-22
	Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,40	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	2,02	-0,63		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	70,46	55,09	118,89	1268,26	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

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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	16,07	-23,53	-7,42	-22,11

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 - ___ гг.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	ХЕ	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 2-я	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,06	0,14		
	Каша гречневая с овощами	150	5,54	3,80	24,27	153,05	2,1	35	658 22
День 7-й	Бефстроганов	100	18,90	20,15	5,58	279,00	0,5	56	1185 14
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	60,00	1,1	70	1185 14
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	174 21
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 (+ / -) %			-1,42	7,74	-2,72	0,36	-2,26		
ОБЕД									
неделя 2-я	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	0,2	3	54-43 22
	Суп с крупой (пшеной)	250	1,50	5,18	18,51	128,75	1,8	27	118 21
День 7-й	Рыба припущенная	80	14,97	0,74	3,48	18,62	0,24	67	227 17
	Картофель тушеный	145	1,90	3,183	31,407	128,177	1,8	29	547 22
	Сок томатный	200	0	0,2	5,8	20,00	0,5	68	1185 14
День 7-й	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,1	11	174 21
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,80	0,82	78	82 22
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 (+ / -) %			-10,58	-20,90	-9,31	-12,93	-8,8		
ПОЛДНИК									
неделя 2-я	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0	0	15,40	60,00	1,1	70	1185 14
	Печень тёртая	100	18,94	10,33	7,35	198,85	0,62	60	118 21
День 7-й	Хлеб ржаной	20	1,6	0,3	8,02	41,20	0,7	11	174 21
	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 (+ / -) %			8,37	3,98	-0,29	2,12	-0,3		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	58,38	38,59	152,09	1166,71	13,21
Норма по МР 2.4.0162-19.	71,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-18,75	-15,17	-12,02	-12,57	-11,07

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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 (+ / -) %	-3,60	-16,92	-9,60	-10,81	-9,11

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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	XE	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У				
ЗАВТРАК									
неделя 2-я День 8-й	Помидор свежий в нарезке	70	0,87	0,12	2,68	14,93	0,25	2	МР 6 119
	Котлета рыбная (минтай)	100	13,12	4,64	10,15	135,02	0,9	63	307 21
	Картофель отварной /	100	1,93	0,39	15,28	72,34	1,3	26	125 17
	Капуста тушёная (сложный гарнир)	70	1,64	2,50	4,36	46,82	0,4	26	139 17
	Сок морковный	200	1,71	0,2	18,9	84,30	1,6	68	444 15
	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,35	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 (+/-) %			-5,82	-13,69	-2,47	-5,47	-2,22		
ОБЕД									
неделя 2-я День 8-й	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	9,09	0,14	2	108 13
	Борщ с картофелем	250	2,46	4,00	12,89	106,97	1,1	14	774 17
	Плов из перловой крупы с мясом	200	16,05	15,79	80,74	329,74	2,6	59	МР 10 13
	Отвар шиповника	200	0,7	0,3	6,7	57,00	0,81	69	МР 11 15
	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	35,20	0,7	78	41 21
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		
ПОЛДНИК									
неделя	Кефир (м. д. ж 2,5%)	200	3,5	5	8	100,00	0,7	77	388 17
	Крупеник	185	40,47	16,63	22,20	180,74	1,9	40	374 20
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	XE
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 (+/-) %	-25,31	-19,24	-10,14	-14,62	-9,83

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	XE
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	-7,78

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	XE
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 (+/-) %	7,93	-0,78	-10,61	-4,28	-10,00

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				
ЗАВТРАК									
неделя 2 -я День	Каша гречневая молочная жидкая	215	9,29	7,57	32,57	232,20	2,5	38	МРБ 4 - 18
	Сыр твёрдых сортов в нарезке	15	3,5	4,4	0	59,00	0	9	СБ-19-20
	Отвар шиповника	200	0,7	0,3	9,7	47,90	0,83	69	МРБ 4 - 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	41,00	0,82	78	82/25
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	-7,34	-2,25	-5,08	-2,3		
ОБЕД									
неделя 2 -я День	Горошек зелёный консервированный	70	1,98	0,12	4,08	25,78	0,4	4	54-203-22
	Суп "Минестроне"	250	2,68	4,22	11,656	95,77	2	19	54-203-22
	Котлета рубленая из птицы	100	15,23	6,82	16,92	202,00	3,8	48	575 23
	Картофель отварной и / соус сметанный с овощами	120	2,25	0,44	16,31	86,52	1,6	30	575 23
	Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0,5	0	13,40	59,00	1,2	71	54-141-22
	Галеты	20	1,90	2,00	13,10	78,00	1,3	12	Торм по
	9-й	Хлеб ржаной	50	4,00	0,75	20,05	103,00	1,7	11
итого за обед		840	32,90	16,64	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 (+ / -) %			-7,87	-13,23	-3,95	-7,60	-1,7		
ПОЛДНИК									
неделя 2 -я День	Кефир (м. д. ж. 2,5%)	200	5,8	1	8	190,00	0,7	77	336 17
	Голубцы ленивые с соусом	100 / 20	12,95	11,81	4,09	171,87	0,4	52	525 23
	9-й	Хлеб ржаной	30	2,4	0,45	12,03	61,80	1	11
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	3,56	-2,22		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	50,79	29,97	170,62	1164,00	15,13
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-19,03	-20,57	-6,21	-12,68	-3,96

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал	ХЕ
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 (+ / -) %	-5,55	-8,12	-8,50	-9,12	-8,19

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	№ рецептуры	№ 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	1	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	2,5	11	57421
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 (+ / -) %			-6,59	-1,21	-4,85	-3,55	-4,48		
неделя 2 -я День 10 -й	ОБЕД								
	Помидор свежий в нарезке	70	0,45	0,12	2,58	14,40	0,25	2	МР 2.4.0162-19
	Щи из свежей. капусты с картофелем	250	21,88	4,941	8,82	67,46	0,8	15	МР 2.4.0162-19
	Биточек рыбный и / соус	100/20	17,08	6,48	10,83	154,7	1	65	307121
	Каша вязкая (пшённая)	180	4,77	5,12	26,40	150,56	2,3	33	300117
	Молоко кипячёное	200	8,8	5,00	9,50	107,00	0,8	76	333027
	Хлеб ржаной	60	4,80	0,90	24,06	123,60	2,5	11	57421
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	41,00	0,82	78	32111	
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 (+ / -) %			-6,37	-4,81	-6,02	-6,48	-5,11		
неделя 2 -я День 10 -й	ПОЛДНИК								
	Кефир (м. д. ж 2,5%)	200	5,8	5	8	100,00	0,7	77	386117
	Яйцо варёное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	43	300117
	Кукуруза консервированная	70	1,4	0,233	7,117	76,92	0,6	5	5421322
Хлеб ржаной	40	3,2	0,6	16,04	82,40	1,4	11	57421	
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	-0,08	1,45	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.	73,60	45,60	190,20	1476,00	16,20
отклонение от нормы (+ / -) %	-10,95	-3,89	-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.	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.	84,70	53,20	221,90	1722,00	18,90
отклонение от нормы (+ / -) %	-9,84	-0,07	-34,67	-210,99	-2,56