

Свиридова  
директор лицея "МТ"  
Маркова



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край  
ПРИЛОЖЕНИЕ

К ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

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

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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ по сб. пр. / год. изд.
			Белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1-я День 1-й	Каша пшеничная рассыпчатая	160	6,99	6,49	39,53	243,85	32	206 02
	Мясо отварное в бульоне	90	18,09	18,00	0,09	234,00	53	МРД 26 19
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	МРД 26 19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром. пр.
1-й	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,75	52,80	79	Пром. пр.
<b>итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>27,78</b>	<b>28,37</b>	<b>77,92</b>	<b>680,13</b>		
		Норма по МР 2.4.0162-19.	25%	26,00	26,98	97,30	734,75	
		отклонение от нормы (+/-) %		-1,22	-1,30	-19,38	-1,86	
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1-я День 1-й	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	6,00	1	МРД 26 19
	Борщ с капустой и картофелем	300	2,758	5,123	21,532	109,20	10	МРД 26 19
	Рагу из птицы	230	21,87	16,76	19,85	317,06	43	МРД 26 19
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	148,67	77	МРД 26 19
1-й	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром. пр.
<b>итого за обед</b>		<b>830</b>	<b>32,06</b>	<b>30,155</b>	<b>0,06</b>	<b>717,99</b>		
		Норма по МР 2.4.0162-19.	35%	36,40	37,77	136,22	1028,65	
		отклонение от нормы (+/-) %		-4,34	-7,05	-34,98	-10,67	
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1-я День 1-й	Чай с сахаром	180	0,18	0	13,5	41,30	74	МРД 26 19
	Икра из кабачков	60	0,5	2,4	3,3	20,00	8	МРД 26 19
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	47,20	9	Пром. пр.
	Фрукты свежие (банан)***	120	2,16	4,72	20,838	133,67	80	МРД 26 19
<b>итого за полдник</b>		<b>370</b>	<b>3,86</b>	<b>8,823</b>	<b>43,21</b>	<b>266,17</b>		
		Норма по МР 2.4.0162-19.	10%	10,40	10,79	38,92	293,90	
		отклонение от нормы (+/-) %		-6,29	-1,82	1,10	-0,94	

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>59,84</b>	<b>58,53</b>	<b>77,98</b>	<b>1398,12</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+/-) %		-2,46	-5,76	-39,96

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>35,92</b>	<b>38,98</b>	<b>43,27</b>	<b>984,16</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+/-) %		-10,47	-8,88	-33,88

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>63,70</b>	<b>67,35</b>	<b>121,19</b>	<b>1664,29</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,00	75,53	272,44
отклонение от нормы (+/-) %		-8,75	-7,58	-38,86

\* 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

12-тидневное менюготавливаемых блюд школьных завтраков-обедов-полдников

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_ г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Об. пр. год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1-я	Помидор свежий в нарезке	70	0,92	0,1167	2,584	14,534	2	
	Плов из риса с отварным мясом	250	20,30	23,10	48,50	483,00	58	
День 2-й	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	
	Хлеб безглютеновый*	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	
<b>итого за завтрак</b>		<b>550</b>	<b>24,17</b>	<b>28,32</b>	<b>103,90</b>	<b>781,66</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+/-) %			-1,76	1,24	1,70	1,60		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1-я	Икра морковная	60	1,03	4,38	4,53	60,10	6	
	Суп с крупой (гречка)	250	3,21	3,83	11,81	94,74	18	
День 2-й	Омлет с птицей и / овощи консервированные отварные	165	29,82	17,98	2,12	391,22	41	
	Молоко кипячёное ***	35	0,91	1,08	1,804	22,008	41	
2-й	Хлеб безглютеновый *	200	6,10	9,90	32,62	257,02	76	
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	
2-й	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,75	52,89	79	
	<b>итого за обед</b>	<b>860</b>	<b>44,31</b>	<b>37,85</b>	<b>58,94</b>	<b>766,60</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,01	136,22	1023,65		
отклонение от нормы (+/-) %			7,60	0,08	-19,86	-6,92		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1-я	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	
	День 2-й	Биточек рисовый с морковью	120	2,53	7,37	20,65	158,06	38
2-й		и / джем абрикосовый	30	0,149	0,0165	15,447	62,54	38
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>2,98</b>	<b>7,49</b>	<b>51,29</b>	<b>279,59</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+/-) %			-7,13	-3,06	3,18	-0,49		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	68,48	66,16	162,84	1548,26
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+/-) %		5,84	1,32	-18,16
				-7,32

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	47,29	45,34	110,24	1046,19
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+/-) %		0,47	-2,98	-18,68
				-9,40

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	71,46	73,65	214,13	1827,855
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	73,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+/-) %		-1,29	-1,74	-14,98
				-7,81

\* 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 мякием 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  
**12 - тИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ**  
**для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :  
**1-я неделя**

2023 - \_\_\_\_ г.г.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ по Об.р-р/ год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1-я День 3-й	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,32	8,00	1	МР 2.4.0162-19
	Тефтели рыбные (минтай) ***	100 / 20	12,70	4,45	7,19	119,59	62	239-17
	Пюре картофельное / / Капуста отварная (сложный гарнир)	120	2,60	4,00	18,10	129,00	22	498-17
	Сок фруктовый (яблочный)	60	1,26	1,38	1,18	30,00	22	498-17
	Хлеб безглютеновый *	200	*	0	20,2	54,80	66	389-17
Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.р-р	
<b>итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>20,08</b>	<b>13,298</b>	<b>61,54</b>	<b>460,878</b>		
		Норма по МР 2.4.0162-19.	25%	26,00	26,98	97,30	734,75	
		отклонение от нормы (+ / -) %						
			-5,69	-12,68	-9,19	-9,32		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1-я День 3-й	Икра секольная	60	1,00	5,10	5,70	53,00	7	МР 2.4.0162-19
	Суп из овощей	250	2,29	3,80	10,31	84,62	14	МР 2.4.0162-19
	Мясо тушёное	50 / 50	15,20	17,38	2,56	211,00	54	256-17
	Каша вязкая (рисовая)	180	3,08	5,04	31,89	181,86	36	203-17
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	*	0	25,4	105,60	66	389-17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.р-р
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	12-17
<b>итого за обед</b>		<b>920</b>	<b>26,01</b>	<b>36,82</b>	<b>102,97</b>	<b>855,81</b>		
		Норма по МР 2.4.0162-19.	35%	36,40	37,77	136,22	1028,65	
		отклонение от нормы (+ / -) %						
			-9,99	-3,87	-8,54	-5,88		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1-я День 3-й	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	101,00	70	МР 2.4.0162-19
	Сардельки мясные паровые	100	18,40	15,60	3,50	228,00	52	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.р-р
<b>итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>20,63</b>	<b>19,200</b>	<b>40,84</b>	<b>423,49</b>		
		Норма по МР 2.4.0162-19.	10%	19,30	19,79	38,92	293,90	
		отклонение от нормы (+ / -) %						
			9,64	7,79	0,49	4,41		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>46,09</b>	<b>50,12</b>	<b>164,51</b>	<b>1316,69</b>
		Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74
		отклонение от нормы (+ / -) %			
		-15,68	-13,65	-17,73	-15,20
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>46,64</b>	<b>56,02</b>	<b>143,82</b>	<b>1279,30</b>
		Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56
		отклонение от нормы (+ / -) %			
		-0,12	6,92	-8,05	-1,47
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>66,72</b>	<b>69,32</b>	<b>205,36</b>	<b>1740,173</b>
		Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53
		отклонение от нормы (+ / -) %			
		-5,84	-5,76	-17,24	-10,79

\* 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  
**12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**  
**для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)**

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_ г.г.

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Об.р-р/ год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,63	17,36	34	302,17
	Мясо отварное в бульоне	90	18,09	18,00	0,09	234,06	53	1102,58
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	321,87
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	1002,21
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,86	79	320,21
<b>итого за завтрак</b>		<b>610</b>	<b>26,29</b>	<b>27,89</b>	<b>63,02</b>	<b>610,89</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>25%</b>	<b>26,10</b>	<b>26,98</b>	<b>97,36</b>	<b>734,76</b>		
отклонение от нормы (+/-) %			<b>0,23</b>	<b>0,85</b>	<b>-6,61</b>	<b>-4,21</b>		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,1167	2,684	14,934	3	1002,21
	Суп картофельный с горохом	300	5,955	4,957	22,312	161,76	17	1102,58
	Мясо духовое	220	17,29	17,35	18,16	381,00	56	358,17
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	148,60	77	1002,21
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	1002,21
<b>итого за обед</b>		<b>820</b>	<b>32,03</b>	<b>30,635</b>	<b>86,611</b>	<b>761,421</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>35%</b>	<b>36,40</b>	<b>37,77</b>	<b>136,22</b>	<b>1028,65</b>		
отклонение от нормы (+/-) %			<b>-4,27</b>	<b>-5,81</b>	<b>-12,75</b>	<b>-9,09</b>		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1 -я День 4 -й	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	321,87
	Яйцо варёное ***	40	5,10	4,60	0,30	63,00	40	1002,21
	Горошек консервированный	40	1,10	0,07	2,30	14,70	4	1002,21
	Фрукты свежие (банан)***	100	1,5	3,94	17,198	111,36	80	1002,21
<b>итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>8,20</b>	<b>8,606</b>	<b>34,80</b>	<b>246,094</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>10%</b>	<b>10,40</b>	<b>10,79</b>	<b>38,92</b>	<b>293,90</b>		
отклонение от нормы (+/-) %			<b>-2,12</b>	<b>-2,02</b>	<b>-1,06</b>	<b>-1,63</b>		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>58,32</b>	<b>58,52</b>	<b>149,63</b>	<b>1372,31</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>60%</b>	<b>62,40</b>	<b>64,71</b>	<b>233,52</b>
отклонение от нормы (+/-) %			<b>-3,92</b>	<b>-5,76</b>	<b>-21,55</b>

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>40,23</b>	<b>39,24</b>	<b>121,41</b>	<b>1007,52</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>45%</b>	<b>46,80</b>	<b>48,56</b>	<b>1322,55</b>
отклонение от нормы (+/-) %			<b>-6,32</b>	<b>-8,63</b>	<b>-13,81</b>

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>66,52</b>	<b>67,13</b>	<b>184,43</b>	<b>1618,40</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>70%</b>	<b>72,80</b>	<b>75,83</b>	<b>2057,30</b>
отклонение от нормы (+/-) %			<b>-6,04</b>	<b>-7,78</b>	<b>-14,93</b>

\* 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  
**12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ**  
**для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)**  
 Возрастная категория: 12 лет и старше Сезон: 2023 - \_\_\_\_ г/г

**1-я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества ( г )			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р. год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 1-я День 5-й	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	3	5041/11
	Биточки мясные паровые	100	15,03	14,35	5,74	212,21	46	4723/11
	Картофель и овощи тушёные в соусе	180	3,60	10,60	26,16	214,68	27	142/11
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	4011/11
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром. п.
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>21,82</b>	<b>28,64</b>	<b>72,65</b>	<b>640,31</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>25%</b>	26,00	26,48	97,30	734,73		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,02	1,54	-6,33	-3,21		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 1-я День 5-й	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	5041/11
	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,70	4,20	8,30	79,00	13	4011/11
	Рыба припущенная***	100	15,56	7,47	0,85	112,71	65	227/11
	Картофель отварной	120	2,29	3,46	18,41	113,88	30	4011/11
	Сок фруктовый (персиковый)	200	-	0	26	108,0	66	358/11
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	134,73	9	Пром. п.
Плоды свежие (апельсин)***	100	0,781	0,15	8,467	37,03	81	81/11	
<b>итого за обед</b>		<b>870</b>	<b>25,19</b>	<b>20,49</b>	<b>81,70</b>	<b>624,30</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>35%</b>	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-10,76	-15,01	-14,01	-13,76		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 1-я День 5-й	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	4011/11
	Котлета школьная паровая	90	14,99	8,40	5,36	157,97	47	3472/11
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром. п.
<b>итого за полдник</b>		<b>310</b>	<b>17,32</b>	<b>11,90</b>	<b>32,10</b>	<b>308,9</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>10%</b>	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			6,65	1,03	-1,75	0,51		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>47,01</b>	<b>49,13</b>	<b>154,35</b>	<b>1254,61</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>60%</b>	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		-14,80	-14,47	-20,34	-16,97
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>42,61</b>	<b>32,39</b>	<b>113,80</b>	<b>933,15</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>45%</b>	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %		-4,13	-14,98	-15,76	-13,25
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>64,33</b>	<b>61,03</b>	<b>186,45</b>	<b>1573,46</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		<b>70%</b>	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-8,15	-13,44	-22,10	-16,48

\* 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

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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_ г.

1 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ по Сб. пр / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 - я День 6 - й	<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшеничная вязкая	180	4,77	5,10	26,40	170,36	33	303/17
	Пюре из отварного мяса в бульоне	85	18,00	15,50	0	211,06	60	108/18
	Компот из апельсинов	200	0,45	0,1	33,99	141,00	71	346/17
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	108/18
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	82/22
<b>итого за завтрак</b>		<b>605</b>	<b>25,73</b>	<b>24,58</b>	<b>83,70</b>	<b>667,65</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+/-) %			-0,26	-2,22	-3,50	-2,28		
неделя 1 - я День 6 - й	<b>ОБЕД</b>							
	Икра морковная	50	2,03	4,38	4,53	60,19	6	108/18
	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	2,96	4,87	12,30	104,71	20	250/22
	Ежики мясные	120	16,322	21,88	13,56	317,68	48	347/22
	Картофель отварной	155	2,95	4,46	23,78	147,10	30	316/17
	Сок фруктовый (яблочный)	200			20,2	84,90	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	108/18
<b>итого за обед</b>		<b>815</b>	<b>27,32</b>	<b>40,68</b>	<b>91,69</b>	<b>853,12</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+/-) %			-8,74	2,70	-11,44	-5,97		
неделя 1 - я День 6 - й	<b>ПОЛДНИК</b>							
	Компот из свежих фруктов	200	0,216		20,27	81,57	72	322/22
	Омлет с зелёным горошком ***	100	7,14	10,72	3,43	138,57	42	285/21
	Плоды свежие (апельсин)***	100	0,781	0,15	8,1467	37,05	81	82/22
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,09	9	108/18
<b>итого за полдник</b>		<b>410</b>	<b>9,16</b>	<b>12,562</b>	<b>37,62</b>	<b>298,37</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+/-) %			-1,20	-1,64	-0,34	0,15		

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	53,04	65,27	175,38	1520,77
Норма по МР 2.4.0162-19.	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+/-) %	-9,00	0,49	-14,94	-8,26

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	36,47	63,24	129,30	1151,49
Норма по МР 2.4.0162-19.	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+/-) %	-9,93	4,35	-11,78	-5,82

	белки Б	жиры Ж	углеводы У	Энергетическая ценность Ккал
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	62,20	77,83	213,00	1819,14
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+/-) %	-10,20	2,13	-15,27	-8,10

\* 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

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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры	№ по Сб. пр. / год. изд.
			Белки Б	Жиры Ж	Углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 - я	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	МР 2.4.0162-19
	Сардельки мясные паровые	90	16,50	14,10	3,20	305,06	52	МР 2.4.0162-19
День 7 - й	Морковь припущенная	150	2,10	3,10	11,10	82,06	26	МР 2.4.0162-19
	Какао с молоком ***	200	3,3	2,9	22,91	126,68	78	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР 2.4.0162-19
	Плоды свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,194	111,39	80	МР 2.4.0162-19
<b>итого за завтрак</b>		<b>630</b>	<b>26,55</b>	<b>27,55</b>	<b>68,63</b>	<b>632,49</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+/-) %			0,53	0,54	-7,37	-3,48		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 - я	Огурец свежий в нарезке	70	0,46	0,07	1,33	8,96	1	МР 2.4.0162-19
	Рассольник ленинградский	250	3,74	4,83	16,71	136,81	15	МР 2.4.0162-19
День 7 - й	Рагу из овощей	180	3,25	11,24	15,25	174,72	25	МР 2.4.0162-19
	Котлета мясная паровая	100	19,39	17,95	5,83	262,53	50	МР 2.4.0162-19
	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	20,2	84,80	66	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	МР 2.4.0162-19
<b>итого за обед</b>		<b>830</b>	<b>29,91</b>	<b>39,23</b>	<b>75,63</b>	<b>785,59</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+/-) %			-6,24	1,35	-15,57	-8,27		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 - я	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	МР 2.4.0162-19
	Яйцо варёное ***	40	5,10	4,60	0,30	163,00	40	МР 2.4.0162-19
День 7 - й	Кукуруза сахарная	70	1,40	0,23	7,12	36,52	5	МР 2.4.0162-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	МР 2.4.0162-19
<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>8,73</b>	<b>8,433</b>	<b>44,76</b>	<b>296,00</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+/-) %			-1,60	-2,18	1,50	-3,04		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	56,46	66,78	144,26	1418,08
Норма по МР 2.4.0162-19.	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+/-) %	-5,71	-1,89	-22,93	-11,75

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	38,66	47,66	120,39	1080,59
Норма по МР 2.4.0162-19.	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+/-) %	-7,84	-0,83	-14,07	-8,23

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	65,19	75,21	189,02	1713,08
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,80	75,53	272,14	2057,30
отклонение от нормы (+/-) %	-7,31	-0,29	-21,43	-11,71

\* 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

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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Об. пр / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 8 -й	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,95		
	Каша гречневая с овощами	180	6,65	4,56	29,12	183,49	35	558 22
	Бефстроганов	100	18,00	20,12	5,58	279,00	55	582 14
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	142,00	68	543 10
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	543 10
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>27,17</b>	<b>28,14</b>	<b>82,97</b>	<b>703,18</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,90	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+/-) %			1,12	1,08	-3,63	-1,07		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 8 -й	Перец болгарский в нарезке	70	0,95	0,09	3,41	17,94	3	54-43 22
	Суп с крупой (пшениной)	250	3,60	5,19	15,51	126,79	19	112 17
	Рыба припущенная***	100	15,56	7,41	0,85	132,75	65	227 17
	Картофель тушёный	145	2,92	3,188	21,407	126,077	28	54 17
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	0	0	25,4	105,00	66	389 17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	543 10
Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,45	9,8	44,00	79	51 21	
<b>итого за обед</b>		<b>895</b>	<b>27,39</b>	<b>21,44</b>	<b>94,69</b>	<b>691,86</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+/-) %			-8,67	-15,13	-10,67	-112,46		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 8 -й	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	142,00	68	543 10
	Печень тёртая	100	18,94	10,33	7,35	296,85	61	348 21
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	47,20	9	543 10
<b>итого за полдник</b>		<b>310</b>	<b>19,95</b>	<b>12,03</b>	<b>48,52</b>	<b>378,05</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+/-) %			8,18	1,15	2,47	2,86		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>54,56</b>	<b>49,58</b>	<b>177,66</b>	<b>1395,04</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+/-) %		-7,54	-14,05	-14,35

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>47,34</b>	<b>33,47</b>	<b>143,21</b>	<b>1069,92</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+/-) %		0,52	-13,98	-8,20

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>74,51</b>	<b>61,61</b>	<b>226,18</b>	<b>1773,10</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+/-) %		1,54	-12,90	-11,88

\* 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 заменить)

\*\* 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

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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по СВ, р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	389-17
	Шницель рыбный(на пару)***	100	15,47	4,28	1,59	107,98	64	389-17
День 9 -й	Пюре картофельное/	110	2,38	3,67	16,59	114,58	23	389-17
	Капуста тушёная (сложный гарнир)	70	1,72	5,33	4,90	78,62	23	389-17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	389-17
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	389-17
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>23,42</b>	<b>16,802</b>	<b>57,51</b>	<b>493,401</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+/-) %			-2,48	-9,43	-10,22	-6,21		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	6,80	1	389-17
	Борщ с картофелем	250	2,45	5,00	12,98	188,97	11	389-17
День 9 -й	Плов из риса с отварным мясом	200	16,30	18,50	38,80	390,06	59	389-17
	Отвар шиповника с сахаром	200	0,7	0,3	24,7	117,06	67	389-17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	389-17
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	389-17
<b>итого за обед</b>		<b>870</b>	<b>23,48</b>	<b>29,45</b>	<b>106,88</b>	<b>813,49</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+/-) %			-12,42	-7,70	-7,54	-7,32		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	26	108,0	66	389-17
	Каша гречневая с овощами	150	5,54	3,80	24,27	153,08	35	658-22
День 9 -й	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,20	9	389-17
<b>итого за полдник</b>		<b>360</b>	<b>7,56</b>	<b>5,50</b>	<b>56,04</b>	<b>302,28</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+/-) %			-2,74	-4,90	4,40	6,25		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	46,90	46,26	164,39	1308,90
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+/-) %		-14,90	-17,13	-17,76
				-15,53

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	31,03	34,95	162,92	1116,77
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+/-) %		-15,16	-12,61	-3,14
				-7,04

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	54,46	51,76	220,42	1609,17
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+/-) %		-17,64	-22,03	-13,36
				-15,25

\* 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

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

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон: \_\_\_\_\_

2023 - \_\_\_\_ г.г.

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			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Рис с кукурузой и морковью	230	5,35	3,13	49,95	266,59	37	652/22
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,50	77	802/23
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром. пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,78	52,85	79	85/22
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>11,76</b>	<b>12,11</b>	<b>98,41</b>	<b>566,77</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	234,75		
отклонение от нормы (+/-) %			-13,89	-13,77	0,29	-6,06		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Горошек зелёный консервированный	70	1,99	0,12	4,08	25,78	4	54/203/22
	Суп "Минестроне"	250	2,569	4,21	11,658	93,77	16	249/22
	Котлета рубленая из птицы	100	24,53	10,52	1,00	198,02	45	51/5/22
	Картофель отварной и / соус сметанный с овощами	140	2,67	0,51	21,36	106,94	29	123/27
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0,5	31,69	128,2	69	341/10/22
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром. пр.
<b>итого за обед</b>		<b>825</b>	<b>35,68</b>	<b>23,40</b>	<b>88,14</b>	<b>718,25</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+/-) %			-0,69	-13,32	-12,35	-10,96		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 10 -й	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	20,2	84,80	66	389/17
	Голубцы ленивые с соусом	100 / 20	18,95	11,61	4,08	171,81	49	325/22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром. пр.
<b>итого за полдник</b>		<b>340</b>	<b>21,98</b>	<b>15,010</b>	<b>35,83</b>	<b>349,16</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+/-) %			11,12	3,91	-0,79	1,88		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>	<b>47,46</b>	<b>36,51</b>	<b>186,55</b>	<b>1275,03</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+/-) %	-14,38	-27,09	-12,07	-16,62

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>	<b>57,66</b>	<b>38,41</b>	<b>123,97</b>	<b>1067,41</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+/-) %	10,44	-9,41	-13,15	-8,68

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>	<b>69,43</b>	<b>50,52</b>	<b>222,38</b>	<b>1624,18</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+/-) %	-3,24	-23,18	-12,85	-14,74

\* 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

12-тидневное меню приготовляемых блюд школьных ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2-я День 11-й	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	1282-19
	Жаркое по - дормашнему	200	16,42	17,79	23,10	336,00	57	229-19
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	1811-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	1801-19
	Фрукты свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,194	111,39	80	32,01
<b>итого за завтрак</b>		<b>590</b>	<b>21,04</b>	<b>25,30</b>	<b>68,37</b>	<b>606,88</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+/-) %			-4,77	-1,55	-7,43	-4,36		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2-я День 11-й	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	24,97	2	1282-19
	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2,198	4,941	8,50	67,46	12	179-19
	Биточек рыбный*** и / соус	80/20	9,94	3,22	6,77	96,01	63	492-19
	Каша вязкая (пшеничная)	180	4,77	5,10	26,40	170,36	33	300-19
	Молоко кипячёное ***	200	6,8	5,00	9,60	107,00	76	1801-19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,72	9	1801-19
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	1801-19
<b>итого за обед</b>		<b>935</b>	<b>25,96</b>	<b>23,87</b>	<b>81,07</b>	<b>658,49</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+/-) %			-9,07	-12,87	-14,17	-12,59		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2-я День 11-й	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	1282-19
	Яйцо варёное***	40	5,10	4,60	0,30	67,00	40	1282-19
	Кукуруза консервированная	70	1,4	0,233	7,117	36,52	5	1801-19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	1801-19
<b>итого за полдник</b>		<b>330</b>	<b>8,73</b>	<b>8,43</b>	<b>44,76</b>	<b>295,00</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+/-) %			-1,60	-2,18	-1,50	0,04		

<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>		<b>48,00</b>	<b>49,17</b>	<b>149,44</b>	<b>1255,37</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+/-) %			-13,85	-14,43	-21,60

<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>		<b>35,69</b>	<b>32,31</b>	<b>125,83</b>	<b>953,50</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+/-) %			-10,68	-15,06	-12,67

<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>		<b>56,73</b>	<b>57,60</b>	<b>194,20</b>	<b>1560,38</b>
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+/-) %			-15,45	-15,61	-20,10

\* 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 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

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_ г.г.

**2 - я неделя**

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
<b>ЗАВТРАК</b>								
неделя 2 -я День 12 -й	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	54-43122
	Птица тушёная в соусе	50 / 50	16,95	11,28	3,51	172,74	44	54-200122
	Картофель отварной	180	3,48	5,18	27,62	170,82	31	54-200122
	Сок фруктовый (яблочный)	200	0	0	20,2	84,80	66	54-200122
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	54-200122
<b>итого за завтрак</b>		<b>570</b>	<b>24,24</b>	<b>19,96</b>	<b>65,55</b>	<b>540,78</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+/-) %			-1,70	-6,50	-8,16	-6,60		
<b>ОБЕД</b>								
неделя 2 -я День 12 -й	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	3	54-43122
	Суп карт. с рыбой (минтай)	250	10,475	3,25	18,25	144,23	21	54-200122
	Зразы рубленые	90	13,391	17,953	3,102	229,67	51	54-200122
	Каша вязкая (рисовая) / и овощи припущенные	130	2,22	3,61	23,33	133,31	24	54-200122
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	110,00	68	54-200122
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	54-200122
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	54-200122
<b>итого за обед</b>		<b>920</b>	<b>31,65</b>	<b>31,70</b>	<b>113,59</b>	<b>877,49</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+/-) %			-4,57	-5,62	-5,81	-5,14		
<b>ПОЛДНИК</b>								
неделя 2 -я День 12 -й	Какао с молоком ***	200	3,3	2,9	22,91	126,68	78	452122
	Котлета пшеничная с морковью	120	4,11	8,05	20,99	172,13	39	54-200122
	и / джем абрикосовый	30	0,149	0,0165	15,447	62,54	39	54-200122
<b>итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>7,55</b>	<b>10,96</b>	<b>59,34</b>	<b>361,34</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+/-) %			-2,74	0,16	5,25	2,29		
<b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>			<b>55,89</b>	<b>51,66</b>	<b>179,14</b>	<b>1418,27</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62,40	64,74	233,52	1763,40		
отклонение от нормы (+/-) %			-6,26	-12,12	-13,97	-11,74		
<b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>			<b>39,21</b>	<b>42,66</b>	<b>172,93</b>	<b>1238,83</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14	1322,55		
отклонение от нормы (+/-) %			-7,30	-5,46	-0,57	-2,85		
<b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b>			<b>63,44</b>	<b>62,62</b>	<b>238,49</b>	<b>1779,62</b>		
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	272,44	2057,30		
отклонение от нормы (+/-) %			-9,00	-11,96	-8,72	-9,45		

\* 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.