Приложение 1 к Региональному стандарту по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций Краснодарского края

Лечебное меню для детей с непереносимостью лактозы

день. Для детей с испереносимостью вактовы

№ рец.	Прием пиши, наименование блюда	Macca	Humes (r)	ыс веще	ства	ЭЦ • (ккал)	Витам	шы (мг)				Минер	альные вег	пества (ME)		
	1	норшин	6	Ж	У		B1	B2	С	A	Е	Ca	P	Zn	1	Mg	Fe
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак			-				1										
	Рис отварной	160	4	10	40	310	0,22	0.1	13	60	ı	45	45	1	0.025	30	1,2
	Хлеб пшеничный	70	2,2	0,9	20	110	0,1	0.25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	0.8
	Какао на воде с сахаром	250	4.1	3,54	16.6	115	0,02			100	1	100	100	1			
	Бутерброд с джемом	30	0,005	0,005	0	68						100	100				
1того за за						603	0,3	0,35	15,0	175	2,5	275	275	2.5	0,025	62,5	3.0
)бед																	
	Салат из свежих номидоров и огурцов	100	0,9	5,1	4	64	0.02	0.15	ı	100	1,5	60	60	1,5	0.035	25	1,2
	Хлеб ишеничный	70	2.2	0,9	20	110											
	Хлеб ржано-ишеничный	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0.5			
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,75	5	18	83	0,1	0,1	2	80		125	125			22	2
	Картофель отварной	150	8,55	7.84	40	190	0,05	0,2	8	25	Ţ.	100	100				
	Мясо отварное	100	25.2	19	14	283	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1
	Компот из сухофруктов	200	0.44	0,02	32	113	0,1	0,05	10								
того на С	бед					943	0.42	0.50	21,00	245.00	3,50	385	385.00	3,50	0.04	87.50	4,20

день. Для детей с неперсносимостью дактозы

Ne pert.	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Hunger	ные веще	ства (г)	ЭЦ (ккал)	Витам	ины (мг)				Minner	ральные в	ещества.	(мг)		
		порши	Б	Ж	У		BI	B2	С	A	E	Ca	P	Zn	I	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	[]	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак																	
	Каша кукурузная на воде	200	12	8	46	350	0,22	0,1	13	60	1	45	45	1	0,025	30	1.2
	Хлеб ишеничный	70	2,2	0,9	20	110	0.1	0,25	2	15	0,5	30	30	0.5		32,5	0,8
	Яйцо отварное	40	5,1	4.6	0,3	63						100	100			•	1
	Чай с сахаром	200	0,06	0.02	21	60	0,02			100	1	100	100	1			
		-															
того за за	вграк	4				583	0,34	0.35	15	175	2.5	275	275	2.5	0.025	62,5	3
Жед									1		1						
	Салат из свежих помидоров	80	2.2	6,6	13	70	0,02	0,15	1	100	1.5	60	60	1,5	0,035	25	1.2
	Хлеб пшеничный	70	2,2	0,9	20	110	0.1	0,25	2	15	0,5	30	30	0.5		32,5	0.8
	Хлеб ржано-пшеничный	60	2.2	0,9	19	100	0.1			40	0,5			0,5			
	Рассольник Ленинградский	200	3.6	4	13	60	0,1	0,1	2	80		125	125			22	2
	Рис припущенный	150	3,70	6.10	33	219	0,05	0,2	8	25		100	100				
	Гуляш из отварного мяса	120	22	24,2	5,5	328	0,05				1,5	100	100	1,5		40.5	1
	Напиток клюквенный	200	0.1		20,7	83	0,1	0,05	10								
того за О	бел				1	970	0,42	0.5	21	245	3,5	385	385	3,5	0,035	87.5	4,2

день. Для детей с непереносимостью лактозы

№ рец.	Прием пиши, наименование блюда	Macea	Humer (r)	ные веще	CIBA	ЭЦ (ккал)	Витамі	ны (мг)				Минер	альные вс	шества (MI')		
		порции	Б	Ж	У	1	BI	B2	C	٨	E	Ca	Р	Zn		Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак				-													
	Блинчики с джемом	150	12	31	55	350	0,22	0,1	13	60	1	95	45	ı	0,025	30	1,2
	Хлеб пшеничный	70 _	2,2	0.9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32.5	0,8
	Чан с лимоном, сахаром	200	4,1	3.54	17,6	119	0,02			100	1	100	100	1			
	Сок фруктовый	200	0,4		25	100						50	100				1
4того за за	втрак					679	0,34	0,35	1.5	175	2.5	275	275	2,5	0,025	62.5	3
)бед			1								1						
	Салат из овощей	80	1	8	4,5	100	0.02	0,15	ı	100	1.5	60	60	1,5	0.035	25	1.2
	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,2	0.9	19	100	0.1	-	+	40	0.5	+	·	0.5	-		+-
	Хлеб ишеничный	50	1.7	0,7	20	90	0,1	0,25	2	15	0.5	30	30,00	0,5		32.50	0,80
	Борщ с картофелем	200	3.5	5.0	22	110	0,1	0,1	2	80		125	125			22	2
	Тушеная капуста	150	3,20	9,90	20,0	146	0,05	0,2	8	25		100	100				
	Птица отварная	80	16	12	0.5	210	0,05				1.5	100	100	1,5		40,5	1
	Комикут из свежих яблок	200	0,7	0,3	34,9	145	0,1	0,05	10								
frore 3a Oi	бел			1		901	0,52	0,75	23	260	4	415	415	4	0,035	120	5

ень. Для детей с неперепосимостью лактозы

е рец.	Прием пищи, наименование блюда	Macca	Пище	вые неще	ства (г)	ЭЦ (ккал)	Витам	шы (мг)				Минера	ланые вся	цества (м	ar)		
		порши	Б	ж	У		B1	B2	C	٨	Е	Ca	Р	Zn	1	Mg	Fe
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
вграк				-													
	Гречка отварная	150	9.2	14,0	40	310	0.12	10,0	5,00	10					0,01		1,20
	Рыба отварная	80	5,2	1,7	7	100	0,1	0.11	8	90	1.5	150	150	1.5	0.015	30	1
	Хлеб пшеничный	70	2,2	0,9	20	110	0,10	0,25	2,00	15,00	0.50	25,00	25,00	0,50		32,50	0,80
	Чай с сахиром •	200	0,06	0,02	21	60	0,02			60	0,5	100	100	0,5			
гого за за	втрак					580	0,34	0,37	15	175	2.5	275	275	2,5	0,025	62,5	3
5сд						L	1					-	1				1
	Салат из свеклы е солеными огурцами	80	2,5	6.2	24	90	0.02	0.15	1	100	1,5	60	60	1,5	0.035	25	1.2
	Суп солянка рыбная	200	8,6	10,0	20,0	140	0,1	0.1	2	80		125	125		 	22	2
	Пюре картофельное	150	4.2	8,8	21,8	184	0,05	0,2	8	25		100	100				
	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5			
-	Хлеб пшеничный	60	2,2	0,9	19	100	0.1			40	0,5			0,5			
	Бефстроганов из отварной говядины	150	19,4	13,5	4,1	224	0,05				1.5	100	100	1.5		40,5	1
	Компот из вишен и яблок	200	0.20	0,10	21,10	98	0,1	0.05	10								
ого за О	őe,t					836	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3.50	0.04	87,50	4,20

лень. Для детей с непереносимостью дактозы

№ рец.	Присм пищи, наименование блюда	Macca	flume (r)	вые веще	ства	ЭЦ (ккал)	Витам	ины (мг)				Минер	альные ве	щества (мг)		
		порции	Б	Ж	У		B1	B2	C	A	E	Ca	Р	Zn	1	Mg	Fe
1	2	3	-4	5	6	7	8	9	10	11	12	1.3	14	15	16	17	18
Завтрак										-							
	Каша кукурузная на воде	200	10	8	46	300	0,22	0.1	13	60	1	50	45	1	0,025	30	1,2
	Суфле мясное	80	6,5	10	0,75	8.5						100	100				1
	Хлеб пшеничный	70	2,2	0,9	20	110	0,10	0,25	2,00	15,00	0,50	25,00	25,00	0,50		32,50	0.80
	Какао на воде е сахаром	200	4,1	3.54	17,6	119	0,02			100	1	100	100	1	-		
1того за за	итрак					614	0,34	0,35	15	75	2.5	275	270	2,5	0.025	62.5	3
Эбел						36.1		Trigge 4:	1 **	1 /2	-12	1 41.5	1 210		0.000	2000	
	Салат картофельный с соленым огурцом	80	2,1	8,1	15	142	0.02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1.2
PW - 1	Хлеб ржано-пщеничный	80	2.2	0.9	19	120	0.1			40	0.5		-	0,5			
	Хлеб пшеничный	60	2,2	0,9	19	100	0.1			40	0.5			0,5			
<u></u>	Суп тюре из кабачков	200	2	6	20	190	0,1	0,1	2	80		125	125	1		22	2
	Капуста тушеная	150	5,6	3,4	10	96	0,05	0,2	8	25		100	100				
	Рыба с овощами	150	11,7	3,1	7	130	0.05				1,5	100	100	1,5		40.5	1
	Компот из кураги	0,7	0,3	34,9	145	0,1	0,05	10 .									
troro sa O	бед	1				803	0.42	0,5	21	245	3.5	385	385	3,5	0,035	87.5	4,2

день. Для детей с испереносимостью дактозы

№ pen.	Прием пици, наименование блюда	Macca	Пище (г)	вые веще	ства	ЭЦ (ккал)	Витам	ины (мг)				Минера	ныные вен	цества (х	ME)		
		порции	Б	Ж	У		ВІ	B2	C -	Α	E	Ca	Р	Zn	I	Mg	Fe
i	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак																	
	Запсканка капустная с говядиной	150	12,5	12	21	280	0.22	0,1	13	60	1	45	45	L	0,025	30	1.2
	Фрукты	200	0,8	0,2	30	114						100	100				1
	Чай с сахаром	200	1.2	0,02	21	80	0.02			100	1	100	100	1			
	Хлеб пшеничный •	70	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0.5		32,5	0.8
1того за за	втрак					584	0.34	0.35	15.00	175,00	2,50	275,00	275,00	2,50	0,03	62,50	3,00
Эбед					-										-	1	
	Сун картофельный с крупой	200	3,5	8.3	14	135	0.10	0,10	2,00	80,00		125,00	125,00			22,00	2,00
	Комнот из плодов консервированных	200	0,5	0,2	32.4	133	0,1	0.05	10							1	+
	Салат Весна	80	1.20	4,00	19	120	0,02	0.15	ī	100	1.5	60	60	1.5	0,035	25	1,2
	Жаркое по домашнему	200	18	18	22	344	0,10	0,20	8,00	25,00	1.50	200,00	200,00	1,50	0	40,50	1,00
	Хлеб ржано пшеничный	60	2.2	0,9	19	100	0.1			40	0.5			0,5			
	Хлеб пшеничный	70	2,2	0.9	20	110	0,1	0.25	2	15	0,5	30	30,00	0.5		32,50	0,80
Ітого за О	бел					832	0	I	21	245	4	385	385	4	0,035	88	4

день. Для детей с непереносимостью дактозы

№ peu.	Прием пиши, наименование блюда	Macca	Пище	вые веще	ества (г)	ЭЦ (ккал)	Birrasu	ины (мг)				Минера	льные вен	ества (Mt)		
		порши	Б	Ж	У		B1	B2	C	A	E	Ca	Ъ	Zn	1	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак			1														<u> </u>
	Рыба запеченная с яйцом	150	14.6	9	13.7	220	0,22	0,1	13	60	1	45	45	ı	0,025	30	1,2
	Хлеб пшеничный	70	2.2	0,9	20	110	1,0	0.25	2	15	0.5	30	30	0,5		32,5	8,0
	Чан с лимоном, сахаром	200	4,1	3,54	17.6	119	0,02			100	1	100	100	1		•	
	Фрукты	150	1.65	0.45	34.50	133						100	100				I
Ттого за за	втрак					582	0.34	0,35	15,00	175,00	2.50	275,00	275,00	2,50	0.03	62,50	3,00
Эбед													1				
	Борш с фасолью и картофелем	200	3,70	7	20	110	0,10	0.10	2,00	80,00		125,00	125,00			22,00	2,00
	Мясо отварнос	50	9,60	9,70	10	142	0,05				1.5	100	100	1,5		40.5	
	Салат картофельный с кукурузой и морковью	80	3,10	6.90	22	102	0,02	0.15	1	100	1.5	60	60	1.5	0,035	25	1.2
	Плов из отварной говядины	200	10,9	15	35	277	0.05	0,2	8	25		100	100				
	Хлеб ржано пшеничный	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5			
	Хлеб швеничный	70	2.2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30,00	30,00	0,5		32.50	0,80
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	30	113	0,1	0,05	10								
гого за О	бел					844	0,42	0,5	21	-245	3.5	385	385	3,5	0.035	87,5	4.2

лень. Для детей е непереносимостью лактозы

№ pen.	Прием пищи, наименование блюда	Масса	flumes	нье веще	ества (г)	ЭЦ (ккал)	Витам	ины (мг)				Минера	авные веп	цества (х	HT)		
		порции	Б	Ж	У		B1	B2	C	A	E	Ca	Р	Zn	1	Mg	Fe
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак							-										
	Омлет с сыром	150	13,6	20.4	11	305	0.22	0.1	13	60	ı	45	45	ı	0.025	30	1.2
	Хлеб пшеничный	70	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	8,0
	Чай с сахаром	200	0.06	0,02	21	60	0,02			100	1	100	100	1			
	Фрукты	150	0,92	0,7	22,5	100						100	100				1
Ітого за за	втрак					575	0,34	0,35	15	175	2.5	275	275	2,5	0,025	62.5	3
)бел											4						
	Хлеб ржано ишеничный	60	2.2	0.9	19	100	0,1			40	0,5			0.5			
	Салат из свежих помидоров с перцем	80	1,20	10	13	120	0,02	0.15	1	100	1,5	60	60	1,5	0.035	25	1.2
	Сун «Крестьянский» с круной	200	2,30	4,25	25,10	170	0,10	0.10	2.00	80,00		125,00	125,00			22,00	2.00
	Хлеб ишеничный	70	2.2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	0,8
	Рыба запеченая с картофелем	240	15,50	4,20	35	320	0,10	0.20	8,00	25,00	1.50	200,00	200,00	1,50	0	40,50	1,00
	Комнот из вишен и яблок	200	0,20	0.10	24,10	98	0.1	0,05	10								
того за О	бед					808	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385.00	385,00	3,50	0.04	87,50	4,20

цень. Для детей с непереносимостью лактозы

[§] рец.	Прием пинци, наименование блюда	Macca	- Пипцеі (г)	вые вспи	ства)Ц (ккал)	Витам	ины (мг)				Минера	льные веп	цества (з	мг)		
		порции	Б	Ж	У		BI	B2	C	Λ	E	Ca	Р	Zn		Mg	Fe
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
автрак																	
	Рис отварной	180	9,2	12	47	370	0,22	0.12	13.00	100	1,5	150	150	1,5	0,025	30	2.20
	Хлеб пшеничный	70	2,2	0,9	20	110	0,10	0.25	2.00	15,00	0,50	25,00	25,00	0,50		32,50	0,80
	Квиво на воде е сахаром	250	4.1	3,54	17.6	119	0.02			60	0,5	100	100	0.5			
того за за	нграк •			•	1	599	0,34	0.37	15	175	2,5	275	275	2.5	0,025	62,5	3
бел				-		1				•							
	Салат картофельный с кукурузой и морковью	100	5,60	1,80	36,4	185	0.02	0,15	ı	100	1.5	60	60	1,5	0,035	25	1,2
	Сун пюре е картофеля	200	3.90	8	35	176	0,10	0,10	2,00	80,00		125,00	125,00			22,00	2,00
	Напиток клюквенный	200	0,1		20,7	83	0.1	0,05	10								
	Капуста отварная	150	4.60	8,00	8.20	76	0,05	0,2	8	25		100	100				
	Птица оснарная	100	20,5	16,2	0,5	230	0,05				1.5	100	100	1,5		40.5	1
	Хлеб ржано пшеничный	60	2.2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5			
гого за О	бед					850	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20

день. Для детей с непереносимостью дактозы

g berr	Прием инци, наименование блюда	Macca	Thuner (r)	ніе веще	ства	ЭЦ (ккал)	Витам	ны (мг)				Минера	льные вег	цества (у	ar)	1	
		норции	Б	Ж	У		BI	B2	C	Α	E	Ca	P	Zn	I	Mg	Fe
	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
антрак				•													
	Каша гречневая с луком	170	4	10	45	280	0,22	0,1	13	60	1	45	45	1	0,025	30	1.2
	Хлеб пшеничный	60	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	0,8
	Бутерброд с джемом	30	0,005	0,005	0	68											
	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0.3	63						100	100				1
	Чай с лимоном, сахаром	200	1,2	0.02	21	80	0,02			100	1	100	100	1			
того за за	втрак					601	0.34	0,35	15	175	2.5	275	275	2.5	0.025	62.5	13
бед											1				-1		
	Хлеб ржано пшеничный	60	2,2	0.9	19	100	0,1			40	0.5			0.5			
	Binciper	80	2,50	6.0	29	102	0,02	0.15	1	100	1,5	60	60	1.5	0,035	25	1,2
	Суп картофельный с фрикадельками	200	3,5	8,3	24	135	0,10	0,10	2.00	80,00		125.00	125,00			22,00	2.00
	Пюре картофельное с морковью	150	4,2	10,8	21.8	184	0,05	0.2	8	25		100	100				
	Биточки мясные	100	15.0	7,7	18,0	193	0.05				1.5	100	100	1,5		40,5	1
	Напиток из шиповника	200	0,10		30)	96	0,1	0.05	10								
гого за Об	бел					810	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3,50	0,04	87.50	4,20