

Приложение 2
к Региональному стандарту
по организации питания
образовательных
организаций Краснодарского края

Лечебное меню для детей с непереносимостью глютена

Лечебное меню для детей с непереносимостью глютена

№ п/п	Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Элементы (мг)								Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Зn	І	Мg	Fe					
1			4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
Завтрак																						
	Каши рисовая молочная	210	4	10	40	310	0,22	0,1	13	60	1	45	45	1	0,025	30	1,2					
	Хлебцы	70	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	0,8					
	Каша с молоком	200	4,1	3,54	16,6	115	0,02			109	1	100	100	1								
	Сыр	30	0,005	0,005	0	68						100	100				1					
Итого за завтрак																						
						603	0,3	0,35	15,0	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3,0					
Обед																						
	Салат из свежих помидоров и огурцов	100	0,9	5,1	4	64	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1,2					
	Хлебцы	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5		22	2					
	Пицц на свежей капусте с картошкой	200	1,75	5	18	83	0,1	0,1	2	80		125	125									
	Картофель отварной	150	8,55	7,84	40	190	0,05	0,2	8	25		100	100			40,5	1					
	Мапо отварное	100	25,2	19	14	283	0,05				1,5	100	100	1,5								
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	32	113	0,1	0,05	10													
Итого за Обед																						
						833	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20					

3 днів. Для дітей с непереносністю глютену

№ рецепта	Типовий приклад, найменування блюда	Маса порцій	Вміст цукру (г)			Жири (г)	Вміст мінеральних речовин (мг)										
			Ф	Ж	У		К	Н2	С	А	Е	Сn	Р	Zn	I	Мg	Ca
1		5	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
2																	
Замітка																	
	Запекання на тварині с фруктовими	150	12	11	55	350	0,22	0,1	13	60	1	95	45	1	0,025	30	1,2
	Хлібці	70	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	0,8
	Чай с моголом	200	4,1	3,54	17,6	119	0,02			100	1	100	100	1			
	Сок бруківовий	200	0,98		20	100						50	100				1
Ітого за Замітку						679	0,34	0,35	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3
Обсяг																	
	Салат на сирях овочей	80	1	8	4,5	100	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1,2
	Хлібці	60	2,2	0,9	19	160	0,1			40	0,5			0,5			
	Запек с картоплею	200	3,5	5,0	22	110	0,1	0,1	2	80		125	125			22	2
	Овочини тушеные	150	3,29	0,90	20,0	146	0,05	0,2	8	25		100	100				
	Піттин отварная	80	1,6	12	0,5	210	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1
	Компот из свежих яблок	200	0,7	0,3	34,9	145	0,1	0,05	10								
Ітого за Обсяг						811	0,42	0,5	21	245	3,5	385	385	3,5	0,035	87,5	4,2

5 дени. Дни деген с даярленемостью глыбаны

Же рел.	Гүлчөм глыбы, нымалыкчыны глыбы	Масел порция	Тыгачыны жашыны			ЖИ (глыбы)	Тыгачыны (кг)										Материалдыгы жашыны (кг)									
			Б	Ж	У		Ж1	Ж2	С	А	Б	Св	Р	Зп	Г	Мв	Fe									
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18									
Завтрак			10	8	46	300	0,22	0,1	13	60	1	50	45	1	0,025	30	1,2									
	Каша кукурузды раскыпкыты	200																								
	Сүгүлө күлүктүлүк глыбыны (парлык)	80	6,5	10	0,75	85						100	100				1									
	Хурды	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									
	Каша с молочком	200	4,1	3,54	17,6	119	0,02			100	1	100	100	1												
Итого за завтрак						614	0,34	0,35	15	175	2,5	275	270	2,5	0,025	62,5	3									
Обед																										
	Салат парротфедельный с соевым соусом и зеленым горошком	80	2,1	8,1	15	142	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1,2									
	Хурды	60	2,2	0,9	10	100	0,1			40	0,5			0,5												
	Суп пюре из кабачков	200	2	6	20	190	0,1	0,1	2	80		125	125			22	2									
	Каша кукурузды	150	5,6	3,4	10	96	0,05	0,2	8	25		100	100													
	Рыба с овощами в томатном соусе (сушеный)	150	11,7	3,1	7	130	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1									
	Каша кукурузды с маслом	200	0,7	0,3	34,9	145	0,1	0,05	10																	
Итого за Обед						803	0,42	0,5	21	245	3,5	385	385	3,5	0,035	87,5	4,2									

6 день. Для анализа вперемешку пилюли

№ п/п	Имя пилюль, наименование пилюль	Масса пилюль	Исходные вещества			ΣΣ (ΣΣΣ)	Элементы (мг)																	
			Б	С	У		В1	В2	С	А	В	Ca	P	Zn	I	Mg	Fe							
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18							
Зытрук			150	12,5	12	21	280	0,22	0,1	13	60	1	45	45	1	0,025	30	1,2						
	Судле из кор	200	0,8	0,2	30	114						100	100					1						
	Фрукт и	200	1,2	0,02	21	80	0,02			100	1	100	100	1										
	Чаи с лимоном, сахаром	200	1,2	0,02	21	80	0,02			100	1	100	100	1										
	Хлебцы	70	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5				32,5	0,8					
Итого за Зытрук			584	0,34	0,35	15,00	175,00	2,50	275,00	275,00	2,50	0,03	62,50	3,00										
Обел			200	3,5	8,3	14	135	0,10	0,10	2,00	80,00		125,00	125,00				22,00	2,00					
	Смешанная капуста	200	0,5	0,2	32,4	133	0,1	0,05	10				60	60	1,5	0,035	25	1,2						
	Салат «Летний»	80	1,20	4,00	19	120	0,02	0,15	1	100	1,5		200,00	200,00	1,50	0	40,50	1,00						
	Жареное по-домашнему	200	18	18	22	344	0,10	0,20	8,00	25,00	1,50				0,5									
	Хлебцы	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5													
Итого за Обел			832	0,33	1	21	245	4	385	385	4	0,035	88	4										

7 дача, 7 дин дача с издръжескостно пилотан

№ рел.	Пр. с. пинди, динметовича бланди	Маса на порции	Изпитване за енергия (г)						Зит. енергия (ккал)	Минерални вещества (мг)									
			Б	Ж	У	211 (ккал)	Б1	32		С	А	Е	Са	Р	Ж	1	Мг	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18		
Завтрак	Рибни рибичени с яйцом	150	14,6	9	13,7	220	0,22	0,1	13	60	1	45	45	1	0,025	30	1,2		
	Хлебци	70	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	0,8		
	Чай с мляком	200	4,1	3,54	17,6	119	0,02			100	1	100	100	1			0,8		
	Фрукти	150	1,65	0,45	34,50	133	0,34	0,35	15,00	175,00	2,50	275,00	275,00	2,50	0,025	62,50	3,00		
Итого за завтрак																			
Общ			3,70	7	20	110	0,10	0,10	2,00	80,00		125,00	125,00		0,035	22,00	2,00		
	Месо отварило	50	9,60	9,70	10	142	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1		
	Салат с артофялни с крухуни и морковче	80	3,10	0,90	22	102	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,06	25	1,2		
	Говедина, тунца с кашута	200	10,9	15	35	277	0,05	0,2	8	25		100	100		0,015				
	Хлебци	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5					
	Компют. из пилотки	200	0,44	0,02	30	113	0,1	0,05	10										
Итого за Общ			8,44	0,42	0,5	21	245	3,5	385	385	3,5	0,1	87,5	4,2					

9. Дельта для детей с гиперчувствительностью глюкозы

№ п/п	Группа питания, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭНП (ккал)	Микроэлементы (мг)																	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Сu	Р	Зn	І	Mg	Fe							
1		3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18							
2																								
Уголки	Каша рисовая молочная	210	4	10	40	270	0.12	0.01	5.00	10					0.01		1.20							
	Хлебцы	70	2.2	0.9	20	110	0.10	0.25	2.00	15.00	0.50	25.00	25.00				32.50	0.80						
	Кефиромолочный продукт	200	5.23	1.74	7.0	100	0.1	0.11	8	90	1.5	150	150		0.015		30	1						
	Каша с молоком	200	4.1	3.54	17.6	119	0.02			60	0.5	100	100				62.5	3						
						599	0.34	0.37	15	175	2.5	275	275		0.025		62.5	3						
Итого по дельте																								
Объем																								
	Судит из объема окладной	100	5.60	1.80	36.4	185	0.02	0.15	1	100	1.5	60	60		0.035		25	1.2						
	Суп из картофеля	200	3.90	8	35	176	0.10	0.10	2.00	80.00		125.00	125.00				22.00	2.00						
	Напиток газированный	200	0.1		20.7	83	0.1	0.05	10															
	Каша с гречихой	150	4.60	8.00	8.20	76	0.05	0.2	8	25		100	100				40.5	1						
	Пшеница отварная	100	20.5	16.2	0.5	230	0.05				1.5	100	100											
	Хлебцы	60	2.2	0.9	19	100	0.1			40	0.5													
Итого по Обед																								
						850	0.42	0.50	21.00	245.00	3.50	385.00	385.00		0.04		87.50	4.20						

Р. ДАЛДЭМ ДОНСЫМЧИТ

Иргэний зурвасны, иргэдийн төлөөлөгчдийн олонд ашигласан үнэмлэх

С. Ганзориг
_____ сурвалж
2024

Отгөтсөн байна

С. ГАНЗОРИГ

