

Пояснительная записка

к типовым меню, разработанным для обеспечения диетическим (лечебным) питанием обучающихся в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар

В соответствии с требованиями ст. 25.2. Федерального закона от 02.01.2000 № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов» в общеобразовательной организации для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, должно быть организовано питание с учетом представляемыми родителями (законными представителями) сведениями о состоянии здоровья ребенка (назначениями лечащего врача).

Порядок организации диетического (лечебного) питания обучающихся общеобразовательных организаций, требования к составлению специализированного меню определены в санитарно-эпидемиологических требованиях к организации общественного питания населения СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (далее - СанПиН 2.3/2.4.3590-20) и Методических рекомендациях МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, и сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)» (далее - МР 2.4.0162-19). Диетическое (лечебное) питание для таких детей строится в соответствии с физиологическими принципами в виде индивидуальных пищевых рационов, именуемых диетами. В соответствии с МР 2.4.0162-19 при организации питания обучающихся с сахарным диабетом, непереносимостью белков коровьего молока требуется индивидуальный подход.

В соответствии с п. 8.2.1. СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для детей, нуждающихся в лечебном и диетическом питании, должно быть организовано лечебное и диетическое питание в соответствии с представленными родителями (законными представителями ребенка) назначениями лечащего врача. Индивидуальное меню должно быть разработано специалистом-диетологом с учетом заболевания ребенка (по назначениям лечащего врача).

Ввиду отсутствия штатных специалистов-диетологов в органах управления образованием и образовательных организациях, получила распространение практика разработки региональными (муниципальными) органами управления образованием

типовых меню лечебного питания для некоторых диет, в том числе для сахарного диабета, непереносимости белков коровьего молока.

Справочно: Типовое меню диетического (лечебного) питания – набор (комплекс) блюд, напитков, пищевых продуктов, сформированный с учетом принципов здорового питания по приемам пищи, дифференцированный по возрастным группам, допускающий вариативность в рамках заданной структуры меню исходя из особенностей состояния здоровья ребенка с учетом назначений лечащего врача.

Представленные типовые меню для организации диетического питания разработаны при участии профильных медицинских специалистов и под руководством начальника отдела клинической диетологии Российской детской клинической больницы — филиала ФГАОУ ВО «Российский национальный исследовательский медицинский университет имени Н.И. Пирогова» Министерства здравоохранения Российской Федерации.

Типовые диетические (лечебные) меню для обеспечения питанием детей с заболеваниями сахарный диабет, непереносимость белка коровьего молока разработаны на базе меню основного (организованного) питания, реализуемого в общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар. **Сравнительная структура меню** основного питания и диетических меню представлены в закладках/листах файлов приложений №№ 1.1, 2.1, 3.1, 4.1 соответствующих меню – «Справочный материал к меню».

При разработке настоящих типовых диетических (лечебных) меню применен подход, позволяющий организовать питание в условиях общеобразовательной организации для детей, нуждающихся в индивидуальном питании, в легкой и средней степени тяжести заболевания в стадии ремиссии.

В целях возможности одновременной реализации основного питания и диетического питания в условиях пищеблока общеобразовательной организации, предусмотрено использование однотипных блюд для различных диет, обеспечивая только соответствующие способы кулинарной обработки и исключения запрещенных продуктов. Вместе с тем, в некоторых случаях, во избежание неосознанного нарушения диеты сотрудниками пищеблока произведены замены блюдо на равноценное.

При практической реализации, типовое диетическое (лечебное) меню в обязательном порядке, через родителей или законных представителей ребенка, представляется лечащему врачу для определения возможности применения данного меню или выдаче рекомендаций по его корректировке с учетом заболевания ребенка.

1. Особенности применения типового меню, разработанного для обучающихся, имеющих диагноз сахарный диабет

Справочно: Сахарный диабет - группа метаболических (обменных) заболеваний, характеризующихся хронической гипергликемией, которая является результатом нарушения секреции инсулина, действия инсулина или обоих этих факторов.

Гипергликемия – это увеличение концентрации глюкозы в плазме крови более 6,1 ммоль/л.

В 95-97% случаев у детей, страдающих сахарным диабетом, диагностируется сахарный диабет 1-го типа (инсулинозависимый диабет, ювенильный диабет) - аутоиммунное заболевание эндокринной системы (деструкция β -клеток поджелудочной железы, обычно приводящая к абсолютной инсулиновой недостаточности).

До 3-5% от общего числа заболеваний детей с сахарным диабетом диагностируется сахарный диабет 2 типа - полигенное заболевание, возникающее в результате несоответствия секреции инсулина уровню инсулинорезистентности, т.е. относительной недостаточности инсулина. Сравнительно недавно, сахарный диабет 2 типа у детей диагностировался не более 1% от общего числа заболеваний, т.е. отмечается устойчивая тенденция увеличения доли сахарного диабета 2 типа.

Методические рекомендации № 2.4.0162-19 предусматривают обобщенную диету с запретом некоторых продуктов и ограничением углеводов и жиров, не разделяя заболевание сахарный диабет по типам.

Представленное типовое меню разработано для обеспечения питанием детей с сахарным диабетом как 1, так и 2 типа. При сахарном диабете 2 типа необходима специальная диета, с ограничением легкоусвояемых углеводов, жиров, соли и контролем Хлебных единиц (ХЕ). Больные сахарным диабетом 1 типа на постоянной основе получают препараты инсулина, для них возможна менее строгая диета. Регламенты диетотерапии, в соответствии с приказом Министерства здравоохранения РФ от 22.01.2021 г. №22н «Об утверждении стандарта медицинской помощи детям при сахарном диабете 1 типа», для питания при инсулинозависимом диабете 1 типа предусматривают возможность применения основного варианта стандартной диеты. Вместе с тем, в организованных детских коллективах при организации питания детей, страдающих сахарным диабетом, сложилась практика ограничения в рационе углеводов, жиров, соли для всех типов сахарного диабета. Это обусловлено тем, что дети с заболеванием сахарный диабет 1 типа могут получать питание по диете, применяемой для питания детей с заболеванием 2 типа. Чем

меньше легкоусвояемых углеводов и жиров они получают, тем меньшую дозу инсулина потребуется вводить. В свою очередь, дети с сахарным диабетом 2 типа не могут получать обычное питание.

Проекты типового 20-ти дневного меню диетического питания для организации питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар и имеющих заболевание сахарный диабет для возрастных категорий 7-11 и 12-18 лет представлены отдельными файлами формата Microsoft Word: Приложение 1 и Приложение 2 соответственно.

Справочные материалы к разработанным меню по возрастным категориям 7-11 и 12-18 лет представлены в приложениях формата Microsoft Excel - Приложение 1.1 и Приложение 2.1 соответственно.

Комплект технико-технологических карт меню (ТТК) по возрастным категориям 7-11 и 12-18 лет представлен в приложениях: архивные папки Архив WinRAR - Приложение 1.2 и Приложение 2.2 соответственно.

Несмотря на то, что согласно МР 2.4.0162-19 (п. 2.2.3) режим питания обучающихся с заболеванием сахарным диабетом может соответствовать режиму питания остальных учеников, в представленном меню учтена медицинская практика применения дробного питания. В меню спланировано двухразовое питание в одну учебную смену: основное - завтрак или обед, и дополнительное, обозначенное как «промежуточное» питание. При этом, если по заключению лечащего врача, режим питания диетпитающегося может соответствовать режиму питания остальных учеников, промежуточное питание как отдельный прием может корректироваться (в том числе исключаться).

Обращаем внимание, что в рамках разработанного типового диетического (лечебного) меню применяется термин «промежуточное» питание, к которому не предъявляются требования, установленные СанПиН 2.3/2.4 3590-20 для второго завтрака или полдника. Требования СанПиН 2.3/2.4 3590-20 (таблица №3 Приложения N 9) по суммарным объемам блюд на приемы пищи при организации диетического (лечебного) меню распространяются в части, не противоречащей диетотерапии при сахарном диабете. Пункт 8.1.2 СанПиН 2.3/2.4.3590-19 применяются в части, не противоречащей положениям МР 2.4. 0162-19 и требованиям практической диетотерапии.

Ввиду недостаточной регламентации в нормативных и методологических документах Роспотребнадзора вопросов организации питания для обучающихся с

заболеваниями сахарным диабетом, при разработке меню применялись медицинские регламенты диетотерапии для сахарного диабета.

Критерии по энергетической ценности и химическому составу рациона, режиму питания (количество приемов пищи, промежутки, распределение суточного рациона между отдельными приемами пищи), физиологические свойства пищи (объем, масса, консистенция, температура) сформулированы с учетом положений Методических рекомендаций МР 2.4.0162-19, медицинской практики диетотерапии при сахарном диабете и режима функционирования образовательной организации. В качестве источников для обоснования потребности в пищевых веществах и энергии использованы данные Национального руководства «Нутрициология и клиническая диетология», ред. В.А. Тутельян, изд. ГЭОТАР-Медиа, 2020; «Руководство для практикующих врачей. Рациональная фармакотерапия детских заболеваний», ред. А.А. Баранов, изд. Литерра, 2007; «Руководство по лечебному питанию детей», ред. К.С. Лододо, Т.Э. Боровик изд. М-Медицина, 2000 (таблица №2, №3), расчетные данные химико-энергетического состава рекомендуемых наборов пищевых продуктов МР 2.4.0162-19.

В целях контроля уровня сахара, помимо информации о пищевой и энергетической ценности, в меню отражены показатели хлебных единиц (ХЕ). Для учета углеводсодержащих продуктов в суточном рационе использована система Хлебных Единиц (ХЕ): 1 ХЕ соответствует количеству продукта, содержащего 12 г общих углеводов.

Обоснование потребности в пищевых веществах и энергии для детей больных сахарным диабетом приведено в таблице №1.

Распределение энергосодержания сформулировано с учетом семиразового режима питания, в том числе:

- первый приём пищи ребенком дома (рекомендовано МР 2.4.0179-20);
- завтрак в школе;
- промежуточное питание № 1 в школе;
- обед в школе;
- промежуточное питание № 2 в школе;
- ужин дома;
- второй ужин дома.

Обоснование распределения пищевых веществ и энергии приведено в таблицах №2, №3, №4.

При составлении меню учтен перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с заболеванием сахарный диабет, и представлен в таблице № 5.

В условиях необходимости одновременного приготовления на пищеблоке общеобразовательной организации основного, дополнительного и диетического питания, в целях снижения загрузки на персонал, меню для организации питания детей с заболеванием сахарный диабет строится на основе меню основного питания.

Если блюдо из основного меню не содержит запрещенных ингредиентов, то оно включается в диетическое меню, например, «гречка по-Кубански» (с говядиной), салаты из овощей.

Блюда, содержащие запрещенные продукты, напротив, исключаются, делается равноценная замена. Например, по основному меню предусмотрено блюдо «наггетсы куриные» с гарниром из макарон с сыром. В составе блюда содержатся сухари панировочные и макароны, которые не допускаются в питании детей с сахарным диабетом. Блюдо требуется заменить на равноценное мясное блюдо с крупяным или овощным гарниром, например на суфле из кур с кашей ячневой вязкой.

В некоторых случаях предусматривается внесение изменений в рецептуру. Для ряда блюд имеется возможность технологического исключения сахара и иных запрещенных продуктов на определенных стадиях приготовления без существенных трудностей, т.е. из общего объема приготавливаемого блюда можно выделить некоторое количество для диетического питания. Например: напитки, салаты подаются без сахара.

В некоторых блюдах запрещенные продукты содержатся в незначительных количествах, и разделить технологически блюдо на общее и диетическое сложнее. В таком случае рассчитывается содержание сахаров в рационе, и, если значения в пределах разрешенного диапазона, то блюдо включается в состав диетического меню. Например, борщ, содержащий сахар, который вводится в моменте тушения свеклы вместе с томатной пастой. Теоретически возможно приготовить отдельную заправку для диет питающихся, на практике для одного-двух человек этого не делается. При этом, содержание сахара в борще незначительно, расчетное общее содержание хлебных единиц на обед в этот день составляет 6,67 ХЕ при допустимом диапазоне до 7 ХЕ для возрастной группы 7-11 лет, поэтому борщ включается в диеты меню.

Вместе с тем, как показывает практика, в целях исключения неосознанного нарушения диеты (случайный фактор) персоналом пищеблока, некоторые блюда, которые возможно приготовить без запрещенных соответствующей диетой продуктов, целесообразно заменять на равноценные. Например, Котлета "Школьная" содержит сухари панировочные и хлеб пшеничный, которые не допускаются в питании детей с сахарным диабетом. Возможно приготовление котлет без использования сухарей панировочных и с использованием ржаного хлеба. На практике, далеко не всегда будут готовить 1-2 порции по иной рецептуре. В таких случаях, во избежание нарушения диеты сотрудниками пищеблока блюдо

целесообразно заменить, например на бифштекс из говядины и мяса птицы, или мясо отварное. По тому же принципу, применительно к напиткам, при наличии экономических и организационных возможностей, целесообразно использовать специализированные напитки для сахарного диабета в индивидуальной упаковке.

При приготовлении блюд предусмотрено использование говядины нежирных сортов (отруб тазобедренный), филе грудки курицы, творог 5% жирности, сметана 10% жирности, в соусах и блюдах пшеничная мука заменяется на овсяную.

Для поддержания постоянного уровня глюкозы с первой половине дня спланировано промежуточное питание – орехово-фруктовая смесь (курага, чернослив, грецкий орех). При наличии экономических возможностей, орехово-фруктовая смесь может быть заменена на специализированное кондитерское изделие, например диабетический батончик. Обращается внимание, что промежуточное питание можно употреблять в том числе на занятиях.

Полдники меню основного питания, реализуемого в общеобразовательных организациях Краснодар из избыточны по калорийности и содержанию углеводов для детей с сахарным диабетом, структура приёма пищи изменена. На второе промежуточное питание планируются яблоки и хорошо сочетаемые с фруктами кисломолочные напитки. В типовом диетическом меню спланированы по умолчанию яблоки зеленых сортов (Семиренко, Голден). При отсутствии противопоказаний могут использоваться другие фрукты кроме винограда, фиников, инжира, бананов, хурмы и ананасов.

2. Особенности организации питания обучающихся с непереносимостью белка коровьего молока

Справочно: Непереносимость белков коровьего молока – это дозозависимые неиммунологически обусловленные реакции на продукты, содержащие белок коровьего молока

Ввиду недостаточной регламентации в нормативных (СанПиН 2.3/2.4.3590-20) и методических документах Роспотребнадзора вопросов организации питания в детских организованных коллективах детей с непереносимостью белков коровьего молока, при разработке типового меню применялась практика диетотерапии для данного вида заболеваний.

При разработке типового диетического меню для обучающихся, непереносимостью белков коровьего молока, применен вариант диеты, исключающей использование молока и молокопродуктов, в том числе масла коровьего в составе блюд.

При составлении типового меню учтен перечень пищевой продукции, которая не допускается (ограничивается) в питании детей и подростков с непереносимостью белков коровьего молока, представленный в таблице 6.

Режим питания обучающихся с непереносимостью белков коровьего молока может соответствовать режиму питания остальных учеников, дополнительных (промежуточных) приёмов пищи не требуется.

В целях компенсации потерь белков животного происхождения, вследствие исключения из рациона молока и молокопродуктов, по сравнению с меню основного (организованного) питания, в рационе увеличено содержание мясо- и рыбопродуктов.

Для исключения вероятности выдачи учащимся с непереносимостью молока отдельных блюд, напитков из общего меню с содержанием молокопродуктов, в большинстве случаев проведена их замена на другие наименования блюд и напитков.

В целях частичного восполнения дефицита кальция, вследствие исключения из рациона молока и молокопродуктов, в состав рациона включены бобовые, хлебопродукты и выпечка с кунжутом и маком. В отдельных случаях, по согласованию с медицинскими специалистами (аллергологом, диетологом), а также законными представителями детей, возможно включение в рацион растительного «молока» из злаков и орехов, соевых продуктов. Дефицит кальция для детей с НБКМ восполняется лечебными препаратами.

При использовании продуктов питания, изготовленных промышленным способом, следует обращать внимание на маркировку на предмет наличия в составе молокопродуктов.

Все блюда, используемые в типовом меню для питания обучающихся с

непереносимостью молока, адаптированы, в рецептуры внесены соответствующие изменения, что отражено прилагаемых в технико-технологических картах.

При разработке диетических (лечебных) меню использованы рецептуры: «Картотека блюд диетического (лечебного и профилактического) питания оптимизированного состава: практическое руководство для врачей-диетологов, диетсестер, специалистов общественного питания» под редакцией Тутельяна В. А., - М.: Национальная ассоциация клинического питания, 2008.

«Сборник рецептов на продукцию для обучающихся для всех образовательных учреждений» под редакцией Могильного М.П./Тутельяна В.А., изд. ДеЛи плюс, 2017., «Сборник рецептов на продукцию диетического питания для предприятий общественного питания» под редакцией Могильного М.П./Тутельяна В.А., изд. ДеЛи плюс, 2013 г., «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий обучающихся образовательных организаций» под редакцией В.Р. Кучма, изд. — М.: Издатель Научный центр здоровья детей, 2016.,

Все блюда, используемые в индивидуальных меню адаптированы под соответствующие диеты, в рецептуры внесены необходимые изменения, что отражено прилагаемых в технико-технологических картах.

Проекты типового 20-ти дневного меню диетического питания для организации питания обучающихся в муниципальных общеобразовательных организациях муниципального образования город Краснодар и имеющих заболевание непереносимость белка коровьего молока для возрастных категорий 7-11 и 12-18 лет представлены отдельными файлами формата Microsoft Word: Приложение 3 и Приложение 4 соответственно.

Справочные материалы к разработанным меню по возрастным категориям 7-11 и 12-18 лет представлены в приложениях формата Microsoft Excel - Приложение 3.1 и Приложение 4.1 соответственно.

Комплект технико-технологических карт меню (ТТК) по возрастным категориям 7-11 и 12-18 лет представлен в приложениях: архивные папки Архив WinRAR - Приложение 3.2 и Приложение 4.2 соответственно.

ТАБЛИЦЫ

Таблица №1 - Обоснование потребности в пищевых веществах и энергии для детей, имеющих заболевание сахарный диабет

Источник	Возраст	Суточная калорийность	Пищевые вещества			ХЕ\сутки	Соотношение БЖУ в ЭЦ		
			Белки	Жиры	Углеводы		Белки	Жиры	Углеводы
СанПиН 2.3/2.4 3590-90	с 7 до 11 лет	2359	77	79	335	28**	13%	30%	57%
	с 12 лет и старше	2720	90	92	383	32**	13%	30%	56%
Расчет нормы по таблице № 4 к МР 2.4.0162-19 «Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом ...»	с 7 до 11 лет	2109	100	65	276	23	19%	28%	52%
	с 12 лет и старше	2460	121	76	317	27**	20%	28%	52%
Руководство по лечебному питанию детей, ред. К.С. Лододо, Т.Э. Боровик изд. М-Медицина, 2000	5-6 лет	1500	75	50	188	15-19	20%	30%	50%
	7-9 лет	1800	90	60	225	18-22,5	20%	30%	50%
	10-11 лет	2000	100	67	250	20-25	20%	30%	50%
	12-13 лет	2200	110	74	275	22-27,5	20%	30%	50%
	14-15 лет	2500	125	84	313	26-31	20%	30%	50%
Национальное руководство. Нутрициология и клиническая диетология, ред. В.А. Тутельян, изд. ГЭОТАР-Медиа, 2020; Руководство для практикующих врачей. Рациональная фармакотерапия детских заболеваний, ред. А.А. Баранов, изд. Литерра, 2007	7-10 лет	не регламентировано	не регламентировано	не регламентировано	не регламентировано	15-16	не регламентировано	не регламентировано	не регламентировано
	11-14 лет мальчики					18-20			
	11-14 лет девочки					16-17			
	15-18 юноши					19-21			
	15-18 девушки					17-18			
Принимаемые в качестве критерия величины***	7-11 лет	2000	100	67	250	21	20%	30%	50%
	12-18 лет	2400	120	80	300	25	20%	30%	50%

* Расчетные данные исходя нормы

** Расчетные данные исходя из соотношения 1 ХЕ =12 г.

углеводов

*** В связи с тем, что расчет калорийности нормы продуктов, приведенный в таблице №4 МР 2.4.0162-19 имеет вариативность $\pm 3\%$ в зависимости от используемых пищевых продуктов, целесообразно в качестве критерия потребности в пищевых веществах и энергии принять сведения из Руководства по лечебному питанию детей под ред. К.С. Лододо/Т.Э. Боровик

Таблица №2 - Распределение (расчетное) в соотв. с МР 2.4.0162-19,

П и ЭЦ по приемам пищи для больных с сахарным диабетом

Прием пищи	Распределение ЭЦ от суточной потребности (возрастная категория 7-11 лет), %				Распределение ЭЦ от суточной потребности (возрастная категория 12-18 лет), %				Время приема пищи	Суммарная масса блюд, грамм
	Ккал	%	Углеводы, г	ХЕ	Ккал	%	Углеводы, г	ХЕ		
Завтрак	515,4	24	76,7	6,4	595,9	24	92,0	7,4	не регламентировано	не регламентирована
Второй завтрак	59,5	3	12,7	1,1	74,5	3	15,2	1,3	не регламентировано	не регламентирована
Обед	675,8	32	88,1	7,3	794,6	32	105,7	8,8	не регламентировано	не регламентирована
Полдник	209,5	10	28,4	2,4	248,3	10	34,1	2,8	не регламентировано	не регламентирована
Ужин	524,8	25	59,4	4,9	620,8	25	71,2	5,9	не регламентировано	не регламентирована
Второй ужин	123,9	6	10,8	0,9	149,0	6	12,8	1,1	не регламентировано	не регламентирована
ИТОГО	2109		276,0	23,0	2483		331,0	27,6		

Таблица №3 - Примерное распределение П и ЭЦ по приемам пищи с учетом режима работы общеобразовательных организаций

Прием пищи	Распределение ЭЦ от суточной потребности (возрастная категория 7-11 лет), %				Распределение ЭЦ от суточной потребности (возрастная категория 12-18 лет), %				Время приема пищи	Суммарная масса блюд, грамм	
	Ккал	%	Углеводы, г	ХЕ	Ккал	%	Углеводы, г	ХЕ		7-11 лет	12-18 лет
Первый легкий завтрак дома (п.2.1. МР 2.4.0179-20 первый прием пищи ребенком дома)	80	3-5	12-24	1-2	96,0	3-5	12-24	1-2	7.30-8.00	150-250	150-250
Основной завтрак (в школе)	450	20-25	48-60	4-5	551,0	20-25	60-84	5-7	9.30-10.00	450-520	500-600
Промежуточное питание №1	180	6-8	12-24	1-2	168,0	6-8	24-36	2-3	11.30-12.00	150-200	150-200
Обед	600	28-33	72-84	6-7	770,0	28-33	84-108	7-9	13.30-14.00	700-800	800-900
Промежуточное питание №2	180	6-8	12-24	1-2	168,0	6-8	24-36	2-3	15.30-16.00	150-200	150-200
Ужин	450	20-25	48-60	4-5	551,0	20-25	60-84	5-7	17.30-18.00	450-500	550-600
Второй ужин	60	3-5	12-24	1-2	96,0	3-5	12-24	1-2	20.00-21.00	180-200	180-200
ИТОГО	2000		216-276	20-25	2400,0		275-313	23-28		2200-2700	2400-3000

Таблица №4 - Фактическое распределение П и ЭЦ проекта типового диетического меню (диабет) для общеобразовательных организаций

Прием пищи	Распределение ЭЦ от суточной потребности (возрастная категория 7-11 лет), %				Распределение ЭЦ от суточной потребности (возрастная категория 12-18 лет), %				Время приема пищи	Суммарная масса блюд, грамм	
	Ккал	%	Углеводы, г	ХЕ	Ккал	%	Углеводы, г	ХЕ		7-11 лет	12- 18 лет
Завтрак	463	23	53,6	4,5	550,5	23	62,1	5,2	9.30-10.00	496,0	561,0
Промежуточное питание №1	121	6	18,1	1,5	161,4	7	21,7	1,8	11.30-12.00	170,0	180,0
Обед	655,59	33	79,1	6,6	769,25	32	92,7	7,7	13.30-14.00	781,0	934,0
Промежуточное питание №2	175,6	9	22,7	1,9	175,5	7	22,7	1,9	15.30-16.00	350,0	350,0
ИТОГО	1401,42		176,5	14,7	1677,5		211,3	17,6		1797	2025

Таблица 5 - Перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с сахарным диабетом

1	жирные виды рыбы;
2	мясные и рыбные консервы;
3	сливки, жирные молочные продукты, соленые сыры, сладкие сырки;
4	жиры животного происхождения отдельных пищевых продуктов;
5	яичные желтки;
6	молочные супы с добавлением манной крупы, риса, макарон;
7	жирные бульоны;
8	пшеничная мука, сдобное и слоеное тесто, рис, пшенная крупа манная крупа, макароны;
9	овощи соленые;
10	сахар, кулинарные изделия, приготовленные на сахаре, шоколад, виноград, финики, изюм, инжир, бананы, хурма и ананасы;
11	острые, жирные и соленые соусы;
12	сладкие соки и промышленные сахарсодержащие напитки.

Таблица 6 - Перечень пищевой продукции, которая не допускается (ограничивается) в питании детей и подростков с непереносимостью белка коровьего молока

1	молоко коровье;
2	сливки;
3	сметана;
4	пахта;
5	консервы молочные;
6	молоко сухое;
7	сыры (за исключением выдержанных, твердых);
8	кефир, ацидофилин, ряженка, варенец, простокваша;
9	творог, сырки творожные;
10	масло сливочное.