

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №6 ИМ. Р.Н.ФИЛИПОВА ПОСЕЛКА ЮЖНОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ БЕЛОРЕЧЕНСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ РАЙОН КРАСНОДАРСКОГО КРАЯ

Принято Протокол заседания Педагогического совета муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 6 имени Р.Н. Филипова посёлка Южного муниципального образования Белореченский муниципальный район Краснодарского края № 1 от «29» августа 2025 г.

Утверждено Директор муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 6 имени Р.Н. Филипова посёлка Южного муниципального образования Белореченский муниципальный район Краснодарского края Мальцев О.А. Приказ № 357-ОД от «29» августа 2025 г.



Учено мнение Совета ученического самоуправления муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 6 имени Р.Н. Филипова посёлка Южного муниципального образования Белореченский муниципальный район Краснодарского края № 1 от «29» августа 2025 г.

Учено мнение Управляющего совета муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 6 имени Р.Н. Филипова посёлка Южного муниципального образования Белореченский муниципальный район Краснодарского края № 1 от «29» августа 2025 г.

**Положение
об организации питания детей страдающих сахарным диабетом и иными
заболеваниями, сопровождающимися
ограничениями в питании, получающих основное общее и среднее общее
образование в МБОУ СОШ 6**

1.Общее положение

Положение разработано на основании рекомендаций МР 2.40162-19
2.4 Гигиена детей и подростков. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях). Методические рекомендации" (утв. Главным государственным санитарным врачом РФ 30.12.2019) и формулирует порядок по организации питания в МБОУ СОШ 6 для детей страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании.

2. Заболевания, требующие индивидуального подхода при организации питания детей

2.1. В соответствии с Конституцией Российской Федерации дети имеют право на здоровую среду обитания и здоровое питание, в том числе с учетом имеющихся заболеваний, требующих индивидуального подхода к организации питания (сахарный диабет, фенилкетонурия, целиакия, муковисцидоз, пищевая аллергия).

2.2. Сахарный диабет - хроническое заболевание, характеризующееся гипергликемией.

2.2.1. В меню для ребенка с сахарным диабетом рекомендуется включать продукты источники полноценного белка (творог, мясо, рыба, птица, яйца, сыр, гречка, рис, фасоль, овес) и продукты с низким гликемическим индексом (перец сладкий, баклажаны, брокколи, цветная капуста, спаржевая фасоль; свежая зелень, листовая зелень, фрукты, бобовые, макаронные изделия из муки твердых сортов).

Для предотвращения риска развития избыточной массы тела у детей с сахарным диабетом, общее потребление жиров рекомендуется сократить до 30% от суточной калорийности рациона.

Для учета углеводсодержащих продуктов в суточном рационе рекомендуется использовать систему Хлебных Единиц (ХЕ): 1 ХЕ соответствует количеству продукта, содержащего 10 г углеводов (в соответствии с таблицей Хлебных Единиц - приложение 3). Суточная потребность в углеводах определяется с учетом возраста ребенка, пола, пубертатного статуса и степени двигательной активности.

Перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с сахарным диабетом представлен в приложении 1.

Рекомендуемые наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей с сахарным диабетом представлены в приложении 4 (табл. 1), технологические карты на блюда - в приложении 5.

2.2.2. При разработке режима питания детей с сахарным диабетом следует учитывать, что рекомендуемый интервал между приемами пищи должен составлять не более 4 часов.

Режим питания детей с сахарным диабетом может соответствовать режиму питания остальных учеников (завтрак, обед, полдник и ужин). В случаях, когда профиль действия инсулина диктует необходимость введения в режим питания ребенка с сахарным диабетом дополнительных перекусов, определяется порядок организации и время их проведения.

С целью профилактики гипогликемии приемы пищи для детей с сахарным диабетом рекомендуется осуществлять четко по расписанию.

2.2.3. Информация о калорийности меню, содержании белков, жиров и углеводов, используемых продуктах для питания детей с сахарным диабетом, доводится до родителей (законных представителей детей) с использованием сайта МБОУ СОШ 6.

2.2.4. Для детей с сахарным диабетом, приносящих продукты и готовые блюда из дома, приготовленные родителями (законными представителями), в столовой обеспечиваются условия их хранения (холодильник, шкаф) и разогрева (микроволновая печь).

2.2.6. С целью обеспечения безопасных для ребенка с сахарным

диабетом условий воспитания и обучения, отдыха и оздоровления, администрации школы совместно с родителями прорабатывают вопросы режима питания ребенка, порядка контроля уровня сахара в крови и введения инсулина; информируют классного руководителя, учителя физической культуры, работников столовой о наличии у ребенка сахарного диабета; инструктируют о симптомах гипогликемии, мерах первой помощи и профилактики.

2.3. Целиакия - это хроническая генетически детерминированная аутоиммунная энтеропатия, характеризующаяся нарушением усвоения белкового компонента пищевых злаков - глютена.

2.3.1. Распространенность целиакии у детей и подростков в Европейских странах составляет среднем 1 случай на 250 человек. Количество скрытых и атипичных форм целиакии в 7 раз превышает число клинически выраженных форм. Основа профилактики обострений целиакии - соблюдение диеты, основанной на принципе исключения из меню глютеносодержащих пищевых продуктов.

2.3.2. При составлении меню учитывается, что самое высокое содержание глютена отмечается в пшенице и ржи (33 - 37%), умеренное - в ячмене и овсе (10%). Соответственно, в список запрещенных к включению в меню продуктов попадают все продукты и блюда, содержащие пшеницу, рожь, ячмень и овес. В меню не включаются продукты промышленного изготовления, содержащие скрытый глютен, это - полуфабрикаты мясные и рыбные, колбасные изделия, мясные и рыбные консервы, молочные продукты (йогурты, творожки, сырки), кукурузные хлопья, овощные полуфабрикаты в панировке, а также блюда, приготовленные с использованием этих продуктов. При составлении меню необходимо учитывать, что исключение из питания глютеносодержащих пищевых продуктов может приводить к снижению антиоксидантной защиты у детей, дефициту витаминов (B1, B2, B6, PP, пантотеновой кислоты) и минеральных веществ (кальций, магний, селен) , в связи с чем, рекомендуется

предусмотреть обязательность восполнения потребности организма в витаминах и микроэлементах за счет иных продуктов. Природными поставщиками антиоксидантов и витаминов являются свежие фрукты, овощи и зелень, которые рекомендуется включать в меню в обязательном порядке. Высокий антиоксидантный потенциал имеют перец, томаты, капуста (белокочанная, брюссельская, брокколи), чеснок, лук, чернослив, изюм, цитрусовые, красный грейпфрут, ягоды (черника, клюква, брусника, черная смородина, клубника, земляника, малина).

Перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с целиакией представлен в приложении 1.

Наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей с целиакией представлены в приложении 4 (табл. 2). Согласно требованиям ТР ТС 027/2012 "О безопасности отдельных видов специализированной пищевой продукции, в том числе диетического лечебного и диетического профилактического питания", специализированная пищевая продукция "без глютена" может содержать глютен в количестве не более 20 мг/кг; в специализированной пищевой продукции "с низким содержанием глютена" содержание глютена составляет 20 - 100 мг/кг.

Возможной причиной нарушения диеты в школе может стать неосознанное нарушение технологии приготовления блюд в связи с заменой безглютеновых продуктов на глютеносодержащие продукты, при отсутствии должного внимания и настороженности со стороны персонала столовой. В связи с чем регулярно проводить инструктаж работников столовой об особенностях организации питания детей с целиакией, а также включить эти вопросы в программу аттестации работников столовой по итогам гигиенического обучения, проводимого в ежегодном режиме.

Перечень продуктов промышленного производства, которые могут содержать "скрытый" глютен представлены в приложении 2.

2.3.3. Режим питания детей с целиакией не имеет, каких-либо особенностей и соответствует основному режиму питания, принятому в

организации (образовательной, оздоровительной).

2.3.4. Во избежание попадания примесей глютена в пищу ребенка в школе выделяется отдельное помещение для хранения продуктов и приготовления блюд, оборудованное технологическими столами, разделочным инвентарем и моечной ванной, кухонной и столовой посудой. Столовая посуда, должна отличаться от иной столовой посуды цветом или рисунком. Допускается использовать посуду, принесенную ребенком из дома.

2.3.5. При отсутствии в организации возможности оборудования отдельного помещения на пищеблоке, питание детей с целиакией организуется из продуктов, блюд, а также посуды, принесенных ребенком из дома.

2.3.6. С целью обеспечения безопасных для ребенка с целиакией условий питания, администрации школы совместно с родителями прорабатывает вопросы режима и порядка питания ребенка, проинформировать классного руководителя (воспитателя), работников столовой о наличии у ребенка целиакии; инструктирует о мерах профилактики обострений.

2.4. Муковисцидоз (кистофиброз поджелудочной железы) - генетически детерминированное заболевание, характеризующееся поражением желез внешней секреции, кистозным перерождением поджелудочной железы, поражением кишечника и дыхательной системы вследствие закупорки выводящих протоков вязким секретом. При муковисцидозе в патологический процесс вовлекается весь организм. Ведущим в клинической картине является поражение бронхолегочной и пищеварительной систем.

2.4.1. Основной принцип в организации питания детей и подростков больных муковисцидозом - увеличение энергетической ценности рациона питания за счет увеличения потребления белка в 1,5 раза по сравнению с возрастной нормой и доведения жировой компоненты питания до 40 - 50% от

общей энергетической емкости рациона.

Для детей с муковисцидозом увеличивается энергетическая ценность суточного рациона питания в возрастной группе до трех лет на 200 ккал/сутки, 3 - 5 лет - на 400 ккал/сутки, 6 - 11 лет - на 600 ккал/сутки, старше 12 лет - на 800 ккал/сутки.

Наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей с муковисцидозом представлены в приложении 4 (табл. 3),.

2.4.2. В режиме питания детей с муковисцидозом вводятся дополнительные приемы пищи, обеспечив общую формулу питания "3 + 3": 3 основных приема пищи (завтрак, обед, ужин) и 3 дополнительных (второй завтрак, полдник, второй ужин).

В каждый основной прием пищи включаются блюда, содержащие белки животного происхождения (мясо, субпродукты, рыба, яйца или молочные продукты - сыр, творог), жиры (растительное, сливочное масло, сметана, сливки), сложные углеводы (крупы, хлеб, овощи), в меньшей степени - простые углеводы (фрукты, сладости, варенье, мед).

Дополнительные приемы пищи представляются специализированными высокобелковыми продуктами питания, кисломолочными продуктами, творогом и фруктами.

2.4.3. Рекомендаций по особенностям технологии приготовления блюд для детей с муковисцидозом - нет.

С целью обеспечения оптимальных для ребенка с муковисцидозом условий питания, администрация школы совместно с родителями прорабатывают вопросы режима и порядка питания ребенка, информируют классного руководителя (воспитателя), работников столовой о наличии у ребенка муковисцидоза.

2.5. К заболеваниям, требующим индивидуального подхода в питании, также относится фенилкетонурия - наследственное нарушение аминокислотного обмена, при котором блокируется работа фермента фенилаланингидроксилазы, в результате аминокислота фенилаланин

оказывает токсическое действие.

2.5.1. Патогенетическим методом профилактики обострений фенилкетонурии является диетотерапия с заменой высокобелковых натуральных продуктов (мясо, рыба, творог) на специализированные смеси, не содержащие фенилаланин.

Перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков с фенилкетонурией представлен в приложении 1.

При составлении меню необходим индивидуальный подход и совместная работа с родителями ребенка, т.к. дети имеют разные вкусовые предпочтения к низкобелковой продукции, а также разные физиологические реакции на отдельные продукты питания.

Наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей с фенилкетонурией представлены в приложении 4 (табл. 4),.

2.5.2. Режим питания детей с фенилкетонурией не имеет особенностей и соответствует основному режиму питания, принятому в организации (образовательной, оздоровительной).

2.5.3. Технология приготовления блюд предусматривает замену высокобелковых натуральных продуктов (мясо, рыба, творог) на специализированные смеси.

2.5.4. С целью обеспечения безопасного и здорового питания детей с фенилкетонурией, администрация школы совместно с родителями рекомендуется прорабатывать вопросы порядка питания ребенка, информируют классного руководителя (воспитателя), работников столовой о наличии у ребенка фенилкетонурии.

2.6. Необходимость в индивидуализации питания требуется для детей с пищевой аллергией или патологическими (побочными) реакциями на пищу. Основные клинические симптомы пищевой аллергии характеризуются кожной сыпью, респираторными жалобами (одышкой, кашлем, удушьем), а также нарушением потоотделения, отеком слизистой оболочки носа, температурной неустойчивостью, изменениями нервной системы и др.,

возникающими при контакте с пищевым аллергеном.

2.6.1. К продуктам, наиболее часто вызывающим аллергические реакции, относятся: коровье молоко, куриное яйцо, соя, арахис, орехи, пшеница, морепродукты и рыба.

В питании данной группы детей должны быть исключены продукты, провоцирующие у них аллергическую реакцию и заменены на иные продукты, обеспечивающие физиологическую полноценность замен.

2.6.2. С целью обеспечения безопасного и здорового питания детей с пищевой аллергией, администрация школы совместно с родителями прорабатывают вопросы организации питания ребенка, информируют классного руководителя, работников столовой о наличии у ребенка пищевой аллергии.

3. Алгоритм организации индивидуального питания в организованном детском коллективе

3.1. Для постановки ребенка на индивидуальное питание в МБОУ СОШ 6 родителю ребенка (законному представителю) необходимо обратиться к директору школы с заявлением о необходимости создания ребенку специальных (индивидуальных) условий в организации питания по состоянию здоровья, представив документы, подтверждающие наличие у ребенка заболевания, требующего индивидуального подхода в организации питания.

3.2. На основании полученных документов, администрация МБОУ СОШ 6, совместно с родителем (законным представителем) прорабатывает вопросы меню и режима питания ребенка; для детей с сахарным диабетом - контроля уровня сахара в крови и введения инсулина, особенности в организации питания, возможность использования в питании блюд и продуктов, принесенных из дома.

3.3. Ответственный по питанию информирует классного руководителя

и работников столовой о наличии в классе детей с заболеваниями - сахарный диабет, целиакия, фенилкетонурия, муковисцидоз, пищевая аллергия; особенностях организации питания детей, мерах профилактики ухудшения здоровья и мерах первой помощи. О детях с сахарным диабетом рекомендуется дополнительно информировать учителя физической культуры, инструктирует его о симптомах гипогликемии, мерах первой помощи и профилактики.

Для детей с сахарным диабетом, целиакией, фенилкетонурией, муковисцидозом, разрабатывается цикличное меню с учетом имеющейся у ребенка патологии.

Для детей с пищевой аллергией к имеющемуся в организации цикличному меню разрабатывается приложение к нему с заменой продуктов и блюд, исключающих наличие в меню пищевых аллергенов.

3.3. Планируемое (на цикл) и фактическое (на день) меню, вместе с технологическими картами и продуктами размещается на сайте МБОУ СОШ 6.

3.4. В случае если принимается решение об организации питания детей из продуктов и блюд, принесенных из дома администрацией МБОУ СОШ 6 определяется порядок их хранения, упаковки и маркировки; создать условия для хранения продуктов (блюд) и их разогрева, условия для приема пищи; определить режим питания ребенка.

4. Заключительные положения

4.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом школы, принимается на педагогическом совете, с учетом мнения Совета ученического самоуправления и Управляющего Совета школы и утверждается (либо вводится в действие) приказом директора общеобразовательного учреждения.

4.2. Положение принимается на неопределенный срок. Изменения и дополнения к Положению принимаются в порядке, предусмотренном п.4.1.

настоящего Положения.

4.3. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу

**Перечень
пищевой продукции, которая не допускается в питании
детей и подростков**

1. 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.

2. С целиакией:

- 1) продукты и блюда, содержащие пшеницу, рожь, просо, ячмень и овес;
- 2) мука пшеничная, овсяная и ржаная;
- 3) овсяные, пшеничные и ячменные хлопья, манная крупа;
- 4) продукты переработки пшеницы, овса, ржи;
- 5) колбасные изделия;
- 6) мясные и рыбные консервы;
- 7) йогурт;
- 8) кофейный и какао-напитки;
- 9) любые конфеты и шоколад, в составе которых содержится солод;
- 10) вафли, вафельная крошка;

11) повидло;

12) томатная паста;

13) продукты промышленного производства, содержащие скрытый глютен: продукты, подвергшиеся обработке, содержащие скрытый глютен в виде крахмала и модифицированных крахмалов, которые входят в состав консервантов и загустителей и являются основой для различного рода пищевых добавок.

3. С фенилкетонурией:

1) мясо и мясные изделия;

2) рыба и рыбные продукты;

3) творог, творожки, творожные массы, творожные сырки, брынза, сыры твердые и мягкие, сыры и сырки плавленые;

4) мука (пшеничная, ржаная, овсяная, гречневая, рисовая, кукурузная), хлеб белый и черный, хлебные палочки, баранки, сушки, булочки, печенье, пирожные, торты;

5) крупы и хлопья: крупа гречневая, кукурузная, манная, перловая, ячневая, рис, толокно, хлопья овсяные;

6) все виды яиц;

7) все виды орехов;

8) подсластитель аспартам;

9) желатин;

10) молоко, кефир, ряженка, простокваша, йогурты;

11) соевые продукты.

4. С пищевой аллергией:

продукты с индивидуальной непереносимостью.

**Продукты
промышленного производства, которые могут содержать
"скрытый" глютен**

Продукты, в составе которых глютен не декларирован
колбасы, сосиски <*>, полуфабрикаты из измельченного мяса и рыбы <*>, фарш, изготовленный на мясном производстве
мясные и рыбные консервы <*>
многие овощные и фруктовые консервы, в том числе для детского питания <*>
томатные пасты, кетчупы <*>, некоторые салатные заправки, горчица, майонез <*>, соевые, устричные, рыбные соусы, готовые смеси тертых приправ и специй
некоторые сорта мороженого, йогуртов, творожные сырки и пасты, плавленые сыры, маргарины с глютенсодержащими стабилизаторами
бульонные кубики, концентрированные сухие супы, картофельное пюре быстрого приготовления
картофельные и кукурузные чипсы <***>, замороженный картофель фри
кукурузные хлопья (содержат солод), маринады, пасты
кофе быстрорастворимый, какао-смеси "быстрого приготовления"
"крабовые палочки" (и другие имитации морепродуктов)
карамель, соевые и шоколадные конфеты с начинкой, "чупа-чупс", восточные сладости, повидло промышленного производства
пищевые добавки (краситель аннато E106b, карамельные красители E150a - E150d, мальтол E636, изомальтол E953, мальтит и мальтитный сироп E965, моно- и тиглицериды жирных кислот F471)

<*> Исключая безглютеновые сорта.

<*> Есть безглютеновые варианты.

<***> Из-за содержания солода.

ТАБЛИЦА ХЛЕБНЫХ ЕДИНИЦ

(1ХЕ = количество продукта, содержащее 10 г углеводов)

Молоко и жидкие молочные продукты

1 стакан	Молоко	250 мл
1 стакан	Кефир	250 мл
1 стакан	Сливки	250 мл
-	Йогурт натуральный	200 г

Хлеб и хлебобулочные изделия <*>

1 кусок	Белый хлеб	20 г
1 кусок	Черный хлеб	25 г
-	Сухари	15 г
-	Крекеры	15 г
1 ст. ложка	Панировочные сухари	15 г

<*> Такие продукты как пельмени, блины, оладьи, пирожки, сырники, вареники, котлеты также содержат углеводы, но количество ХЕ зависит от размера и рецепта изделия.

Макаронные изделия

1 - 2 ст. ложки в зависимости от формы изделия	Вермишель, лапша, рожки, макароны <*>	15 г
--	---------------------------------------	------

<*> Имеется в виду несваренные; в сваренном виде 1ХЕ содержится в 2 - 4 ст. ложках продукта (50 г) в зависимости от формы изделия.

Крупы, кукуруза, мука

1 ст. ложка	Гречневая <*>	15 г
1/2 початка	Кукуруза	100 г

	3 ст. ложки	Кукуруза консервированная	60 г
	4 ст. ложки	Кукурузные хлопья	15 г
	10 ст. ложек	Попкорн ("воздушная" кукуруза)	15 г
	1 ст. ложка	Манная <*>	15 г
	1 ст. ложка	Мука (любая)	15 г
	1 ст. ложка	Овсяная <*>	15 г
	2 ст. ложки	Овсяные хлопья <*>	20 г
	1 ст. ложка	Перловая <*>	15 г
	1 ст. ложка	Пшено <*>	15 г
	1 ст. ложка	Рис <*>	15 г

<*> Имеется в виду 1 ст. ложка сырой крупы; в сваренном виде (каша) 1ХЕ содержится в 2 ст. ложках с горкой (50 г).

Картофель

	1 штука величиной с крупное куриное яйцо		75 г
	2 ст. ложки	Картофельное пюре	90 г
	2 ст. ложки	Жареный картофель	35 г
	-	Сухой картофель (чипсы)	25 г

Фрукты и ягоды (с косточкой и кожурой)

	2 - 3 штуки	Абрикосы	110 г
	1 штука	Айва	140 г
	1 кусок (поперечный срез)	Ананас	140 г
	1 кусок	Арбуз	270 г
	1 штука, средний	Апельсин	150 г
	1/2 штуки, среднего	Банан	70 г
	7 ст. ложек	Брусника	140 г
	12 штук, небольших	Виноград	70 г
	15 штук	Вишня	90 г

1 штука, средний	Гранат	170 г
1/2 штуки, крупный	Грейпфрут	170 г
1 штука, маленькая	Груша	90 г
1 кусок	Дыня	100 г
8 ст. ложек	Ежевика	140 г
1 штука	Инжир	80 г
1 штука, крупный	Киви	110 г
10 штук, средних	Клубника (земляника)	160 г
6 ст. ложек	Крыжовник	120 г
8 ст. ложек	Малина	160 г
1 штука, небольшое	Манго	110 г
2 - 3 штуки, средних	Мандарины	150 г
1 штука, средний	Персик	120 г
3 - 4 штуки, небольших	Сливы	90 г
7 ст. ложек	Смородина	120 г
1/2 штуки, средних	Хурма	70 г
7 ст. ложек	Черника	90 г
1 штука, маленькое	Яблоко	90 г
1/2 стакана	Фруктовый сок	100 мл
-	Сухофрукты	20 г

Овощи, бобовые, орехи

3 штуки, средних	Морковь	200 г
1 штука, средняя	Свекла	150 г
1 ст. ложка, сухие	Бобы	20 г
7 ст. ложек, свежий	Горох	100 г
3 ст. ложки, вареная	Фасоль	50 г
	Орехи	60 - 90 г <*>

<*> В зависимости от вида.

Другие продукты

	2 ч. ложки	Сахар-песок	10 г
	2 куса	Сахар кусковой	10 г
	1/2 стакана	Газированная вода на сахаре	100 мл
	1 стакан	Квас	250 мл
		Мороженое	65 г
		Шоколад	20 г
		Мед	12 г

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ НАБОРЫ ПРОДУКТОВ ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С САХАРНЫМ ДИАБЕТОМ**

(нетто, в г, мл, на 1 ребенка в сутки)

N	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак			Второй завтрак			Обед			Полдник			Ужин			Второй ужин			Итого за сутки		
		3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18
1	Хлеб ржаной	30	50	70	0	0	0	25	50	60	0	0	0	15	50	70	0	0	0	80	150	200
2	Хлеб пшеничный	15	30	40	0	0	0	20	30	50	0	0	0	10	20	30	0	0	0	50	80	120
3	Мука пшеничная	3	3	4	0	0	0	3	3	4	6	6	6	3	3	6	0	0	0	15	15	20
4	Крупы, бобовые	13	15	17	0	0	0	14	15	16	0	0	0	13	15	17	0	0	0	40	45	50
5	Макаронные изделия	4	5	7	0	0	0	4	5	7	0	0	0	4	5	6	0	0	0	12	15	20
6	Картофель	19	22	22	0	0	0	80	100	100	9	12	12	32	53	53	0	0	0	140	187	187
7	Овощи	48	54	60	0	0	0	116	132	148	8	10	12	108	124	140	0	0	0	280	320	360
8	Фрукты свежие	15	20	20	20	30	30	25	30	30	20	20	20	0	0	0	0	0	0	80	100	100
9	Орехи, сухофрукты (чернослив, курага, яблоко, груша)	20	30	35	0	0	0	20	30	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	40	60	70

Таблица 2

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ НАБОРЫ ПРОДУКТОВ ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ**

(нетто в г, мл, на 1 ребенка в сутки)

N	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак			Второй завтрак			Обед			Полдник			Ужин			Второй ужин			Итого за сутки		
		3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18
1	Хлеб безглютеновый <*>	50	70	90	0	0	0	50	60	70	0	0	0	50	70	90	0	0	0	150	200	250
2	Мука картофельная (рисовая)	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	2	2	1	1	1	0	0	0	4	5	5
3	Крупы (рис, греча, пшено)	15	17	18	0	0	0	15	16	19	0	0	0	15	17	18	0	0	0	45	50	55
4	Картофель	20	25	25	0	0	0	80	100	100	10	12	12	40	53	53	0	0	0	150	190	190
5	Овощи, зелень	48	60	63	0	0	0	116	136	138	8	16	19	108	128	130	0	0	0	280	340	350

6	Фрукты свежие	30	30	42,5	100	100	120	0	0	0	0	40	40	55	30	30	42,5	0	0	0	0	200	200	260
7	Соки фруктовые	0	0	0	110	115	115	0	0	0	0	110	115	115	0	0	0	0	0	0	0	220	230	230
8	Сухофрукты	5	7,5	7,5	0	0	0	5	7,5	7,5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	15	15	
9	Безглютеновая выпечка и кондитерские изделия <*>	3	6	6	0	0	0	0	0	0	4	8	8	8	3	6	6	0	0	0	10	20	20	
10	Сахар	15	18	18	0	0	0	5	7	7	15	18	18	18	5	7	7	0	0	0	40	50	50	
11	Мясо 1 категории	20	30	35	0	0	0	50	55	57,5	0	0	0	0	50	55	57,5	0	0	0	120	140	150	
12	Птица	0	0	0	0	0	0	15	20	22,5	0	0	0	0	15	20	22,5	0	0	0	30	40	45	
13	Рыба (филе) <***>	0	0	0	0	0	0	23	23	25	0	0	0	0	27	27	35	0	0	0	50	50	60	
15	Молоко, кефир <***>	80	100	120	0	0	0	15	20	30	110	130	140	15	20	20	30	230	230	230	450	500	550	
16	Творог детский безглютеновый	20	20	20	0	0	0	0	0	0	10	10	10	10	20	20	20	0	0	0	50	50	50	
17	Сметана	2	3	4	0	0	0	5	4	5	2	3	3	3	1	2	3	0	0	0	10	12	15	
18	Масло сливочное	6	10	12	0	0	0	4	5	6	4	5	5	6	10	12	0	0	0	20	30	35	35	
19	Масло растительное	1	1	1	0	0	0	5	5	7	1	1	2	3	3	3	5	0	0	0	10	10	15	
20	Яйцо <***>	20	20	20	0	0	0	4	4	4	8	8	8	8	8	8	8	0	0	0	40	40	40	
21	Сыр безглютеновый	2	5	5	0	0	0	2	2,5	2,5	0	0	0	0	1	2,5	2,5	0	0	0	5	10	10	

22	Чай	0,3	0,3	0,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,6	0,6
23	Соль пищевая поваренная йодированная	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	4	4

Примечание:

<*> Рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

<*> Для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

<***> При пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

Таблица 3

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ НАБОРЫ ПРОДУКТОВ ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ФЕНИЛКЕТОНУРИЕЙ**

(нетто, в г, мл, на 1 ребенка в сутки)

N	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак			Второй завтрак			Обед			Полдник			Ужин			Второй ужин			Итого за сутки		
		3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18
1	Хлеб низкобелковый	45	80	110	0	0	0	50	80	110	0	0	0	35	70	100	0	0	0	130	230	320
2	Мука низкобелковая	3	3	4	0	0	0	2	3	4	5	6	6	2	3	6	0	0	0	12	15	20
3	Молоко и молочные продукты низкобелковые	50	30	30	0	0	0	10	15	15	80	40	40	50	15	15	200	200	200	390	300	300
4	Крупы низкобелковые	14	15	17	0	0	0	15	15	16	0	0	0	14	15	17	0	0	0	43	45	50
5	Макаронные изделия безбелковые	10	20	30	0	0	0	10	20	30	0	0	0	10	20	30	0	0	0	30	60	90
6	Картофель	15	18	20	0	0	0	40	60	70	6	8	10	19	34	50	0	0	0	80	120	150
7	Овощи	48	65	75	0	0	0	116	135	145	8	20	35	108	130	145	0	0	0	280	350	400
8	Фрукты свежие	40	50	60	100	110	120	0	0	0	50	60	70	30	40	50	0	0	0	220	260	300

9	Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. инстантные	0	0	0	100	100	100	0	0	0	100	100	100	0	0	0	0	0	0	0	200	200	200
10	Масло сливочное	9	12	13,5	0	0	0	4	6	7	3	5	6	9	12	13,5	0	0	0	0	25	35	40
11	Масло растительное	1	2	2	0	0	0	7	8	8	2	4	4	5	6	6	0	0	0	0	15	20	20
12	Кондитерские изделия специализированные безбелковые	15	22,5	30	0	0	0	20	30	40	0	0	0	15	22,5	30	0	0	0	0	50	75	100
13	Сахар	12	15	15	0	0	0	6	5	5	12	15	15	5	5	5	0	0	0	0	35	40	40
15	Чай	0,1	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,3	0,3	0,3	0	0	0	0	0,4	0,4	0,4
16	Какао-порошок низкобелковый	0,5	1,2	1,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	1,2	1,2	
17	Соль пищевая поваренная йодированная	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	4	4	4	

Таблица 4

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ НАБОРЫ ПРОДУКТОВ ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С МУКОВИЦИДОЗОМ**

(в нетто г, мл, на 1 ребенка в сутки)

N	Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Завтрак			Второй завтрак			Обед			Полдник			Ужин			Второй ужин			Итого за сутки		
		3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18	3 - 6	7 - 11	12 - 18
1	Хлеб ржаной	30	50	70	0	0	0	25	50	60	0	0	0	15	50	70	0	0	0	50	80	120
2	Хлеб пшеничный	15	30	40	0	0	0	20	30	50	0	0	0	10	20	30	0	0	0	80	150	200
3	Мука пшеничная	3	3	4	0	0	0	3	3	4	6	6	6	3	3	6	0	0	0	29	15	20
4	Крупы, бобовые	15	17	21	0	0	0	15	16	25	0	0	0	15	17	19	0	0	0	45	50	65
5	Макаронные изделия	4	5	7	0	0	0	4	5	7	0	0	0	4	5	6	0	0	0	12	15	20
6	Картофель	25	30	35	0	0	0	80	120	150	15	20	25	40	55	60	0	0	0	160	200	230
7	Овощи	44	48	54	0	0	0	110	116	132	8	8	10	98	108	124	0	0	0	260	280	320
8	Фрукты свежие	25	40	70	90	110	120	0	0	0	40	60	70	25	40	70	0	0	0	180	250	330
9	Сухофрукты	7,5	10	20	0	0	0	7,5	10	20	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	20	40

[illegible]

25	Чай	0,1	0,1	0,1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,4	0,4	0,4	0,4
26	Какао-порошок	0,5	1,2	1,2	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	1,2	1,2	1,2
27	Дрожжи хлебопекарные	0,5	0,5	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,5	0,5	1	0	0	0	1	1	2
28	Соль пищевая поваренная	2	2	2	0	0	0	0	3	3	3	3	2	2	2	2	3	3	3	10	10	10

<*> Рекомендуется использовать жирную морскую рыбу: сельдь, семга, форель, лососевые, скумбрия, тунец.

