

УТВЕРЖДЕНО:

Индивидуальный предприниматель Белоусова Наталья

Владимирова



Директор

Евгений Соколов

СОГЛАСОВАНО



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

1 день. Для детей с непереносимостью лактозы

Лечебное меню для детей с непереносимостью лактозы

№ рецепта	Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭН (ккал)	Витамины (мг)								Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		Е1	Е2	С	А	Е	Са	Р	Зn	І	Мg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
Завтрак																						
	Рис отварной	160	4	10	40	310	0,22	0,1	13	60	1	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					
	Каша на воде с сахаром	250	4,1	3,54	16,6	115	0,02			100	1	100	100	1								
	Бутерброд с сыром	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																						
	Суп из овощей, 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					
	Хлеб пшеничный	70	2,2	0,9	20	110																
	Хлеб ржано-пшеничный	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5								
	Шницель из свинины 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		100	100									
	Мясное отбивное	100	25,2	19	14	283	0,05				1,5	100	100	1,5		10,5	1					
	Компот из сушеных фруктов	200	0,44	0,02	32	113	0,1	0,05	10													
Итого за Обед						943	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20					

2 день. Для детей с непереносимостью лактозы

№-рек.	Привес пищи, наименование блюда	Масса порции	Питательные вещества (г)			ЭН (ккал)	Элементы (мг)										Микроэлементы в мг (мг)					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Zn	Г	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
Завтрак																						
	Каши с сахаром на воде	200	12	8	46	350	0,22	0,1	13	60	1	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					
	Молоко 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								
Итого за завтрак:						583	0,34	0,35	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3					
Обед																						
	Салат из свежих овощей	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 ржаной-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									
	Уши из отварного мяса	120	22	24,2	5,5	328	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1					
	Пудинг сливовый	200	0,1		20,7	83	0,1	0,05	10													
Итого за Обед:						970	0,42	0,5	21	245	3,5	385	385	3,5	0,035	87,5	4,2					

3 день. Для детей с непереносимостью лактозы

№ рецеп.	Целевое питание, назначаемое диетой	Масса порции	Питательные вещества (г)			ЭН (ккал)	Минеральные вещества (мг)										
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Ca	P	Zn	I	Mg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак																	
	Блины с джемом	150	12	11	55	350	0,22	0,1	13	60	1	95	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
	Чай 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
Итого за завтрак						679	0,34	0,35	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3
Обед																	
	Суп из овощей	80	1	8	4,5	100	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1,2
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5			
	Хлеб пшеничный	50	1,7	0,7	20	90	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30,00	0,5		32,50	0,80
	Корн с картофелем	200	3,5	5,0	22	110	0,1	0,1	2	80		125	125			22	2
	Тушеная капуста	150	3,29	9,90	20,0	146	0,05	0,2	8	25		100	100				
	Пюре овощное	80	1,6	1,2	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								
Итого за Обед						901	0,52	0,75	23	260	4	415	415	4	0,035	120	5

4 днів. Для того є необхідною якістю

№ рел.	Цік за пилли, нині-новит не флюда	Маса, порции	Листе має вещества (г)			ЭП (г/ссул)	Витамини (мг)								Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Zn	І	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
Завтрак																						
	Гречка отпаренная	150	9,2	14,0	40	310	0,12	0,01	5,60	10					0,01		1,20					
	Риса отпаренная	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 сахаром	200	0,06	0,02	21	60	0,02			50	0,5	100	100	0,5								
Итого за завтрак						580	0,34	0,37	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3					
Обед																						
	Салат из свеклы с солёными 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 соевый рыбный	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								
	Бифстекс из отварной говядины	150	19,4	13,5	4,1	224	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1					
	Компот из яблок и яблок	200	0,20	0,10	21,10	98	0,1	0,05	10													
Итого за Обед						836	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20					

6 день. Для теста с непереносимостью лактозы

№ п/п	Продукт питания, наименование, бренд	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)										
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Зn	Г	Мg	Fe
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак																	
	Запеканка кукурузная с говядиной	150	12,5	12	21	280	0,22	0,1	13	60	1	45	45	1	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
Итого за завтрак						581	0,34	0,35	15,00	175,00	2,50	275,00	275,00	2,50	0,03	62,50	3,00
Обед																	
	Суп 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
	Компот из плодов консервированных	200	0,5	0,2	32,4	133	0,1	0,05	10								
	Салат Весна	80	1,20	4,00	19	120	0,02	0,15	1	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 ржаной 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
Итого за Обед						832	0	1	21	245	4	385	385	4	0,035	88	4

7 дени. Дит дени с непереносимостью лактозы

№ рецеп.	Препарат, наименование, дозировка	Масса порции	Пищевая ценность (г)			ЭН (ккал)	Элементы (мг)								Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Ск	Р	Зн	Г	Мг	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
Завтрак																						
	Рыба запеченная с яблоком	150	14,6	9	13,7	230	0,22	0,1	13	60	1	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					
	Чай 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				1					
Итого за завтрак						582	0,34	0,35	15,00	175,00	2,50	275,00	275,00	2,50	0,03	62,50	3,00					
Обед																						
	Борщ 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 отварное	50	9,60	9,70	10	142	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1					
	Суп из картофеля с курицей 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 ржаной 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	30,00	30,00	0,5		32,50	0,80					
	Компот из сухофруктов	200	0,44	0,02	30	113	0,1	0,05	10													
Итого за Обед						844	0,42	0,5	21	245	3,5	385	385	3,5	0,035	87,5	4,2					

8. Анализ детей с непереносимостью лактозы

М. раз.	Продукт пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Вит. единицы (мг)										Минеральные вещества (мг)							
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Зn	І	Mg	Fe							
1	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	1	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							
	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							
Итого за завтрак						575	0,34	0,35	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3							
Обед																								
	Хлеб ржаной пшеничный	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5										
	Суп из свежих помидоров с перцем	80	1,30	10	13	120	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1,2							
	Суп «Краснодарский» с крупой	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 пшеничный	70	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	0,8							
	Рис с запеченной с курдюком	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							
	Компот из вишен и яблок	200	0,20	0,10	24,10	98	0,1	0,05	10															
Итого за Обед						808	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20							

9. Итого, для учета с непереносимостью лактозы

№ п/п	Продукты питания, наименование бренда	Масса порции	Исходные данные (г)			ЭЛ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
			Т	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Зи	І	Мг	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
Завтрак																		
	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	
	Кисель на воде с сахаром	250	4,1	3,54	17,6	119	0,02			60	0,5	100	100	0,5				
Итого на завтрак						599	0,34	0,37	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3	
Обед																		
	Салат картофельный с курицей и морковью	100	5,60	1,80	36,4	185	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1,2	
	Суп пюре с картофелем	200	3,10	8	15	176	0,10	0,10	2,00	80,00		12,00	12,00			22,00	2,00	
	Паштет куриный	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					
	Пюре овощное	100	20,5	16,2	0,5	230	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1	
	Хлеб ржаной пшеничный	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5				
Итого на Обед						850	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20	

10 днів. Для дослід з непереносимістю лактози

№ ряд.	Примітки, найменування біологічних	Маса порції	Лінійні нецукрові (г)			Мі (кал)	Елементи (мг)								Мінеральні нецукрові (мг)							
			В	Ж	У		В	1,2	С	А	І	Са	Р	Зn	І	Ni	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
Загальні:																						
	Каша гречана з джемом	170	4	10	45	280	0,22	0,1	13	60	1	45	45	1	0,025	30	1,2					
	Хліб пшеничний	60	2,2	0,9	20	110	0,1	0,25	2	15	0,5	30	30	0,5		32,5	0,8					
	Булгур з джемом	30	0,005	0,005	0	68																
	Діно отварне	40	5,1	4,6	0,3	63						100	100				1					
	Чай з лимоном, сахаром	200	1,2	0,02	21	80	0,02			100	1	100	100	1								
Ітого за добру:																						
Обсяг																						
	Хліб усього пшеничний	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5								
	Лінійний	50	2,50	6,0	29	102	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	27	1,2					
	Суп картопляний з 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 картопляне з морквою	150	4,2	10,8	21,8	184	0,05	0,2	8	25												
	Лінійний	100	15,0	7,7	18,0	193	0,05					1,5	100	100	1,5							
	Напиток із шовковика	200	0,10		30	96	0,1	0,05	10													
Ітого за Обсяг																						
						810	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20					

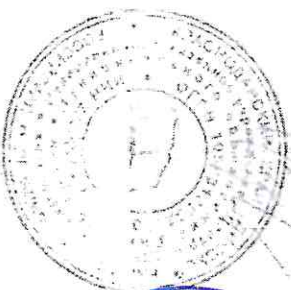
В районном центре

прошу меровано, проли-уравно и олучаю по-лучу

10 октября 2014 г. страница

«23.10.2014» 2014 г.

ОТДЕЛ ОБРАЗОВАНИЯ



КОПИЯ ВЕРНА

Директор МАОУ МО Лирико-эстрадный СОШ № 29
имени Бродяцкого В.Т.

«*С.А. Кунаковская*» М.А. Кунаковская
20 г.