

УТВЕРЖДЕНО:

Индивидуальный предприниматель Белоусова Наталья

Владимировна



Директор

ИНОУСОВ



примерное десятидневное меню
для обучающихся в общеобразовательных учреждениях
муниципального образования Динского района

Приложение 2
к Региональному стандарту
по организации питания
обучающихся
общеобразовательных
организаций Краснодарского края

Лечебное меню для детей с переносимостью глютена

1 день

№ рецепта	Применение, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)						Экв. (ккал)	Витамины (мг)																		Минеральные вещества (мг)																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
Завтрак	2	3	4						7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																							
			Б	Ж	У	В1	В2	С													А	Е	Ca	P	Zn	I	Mg	Fe																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																															
																													4	5	6																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
	Каши рисовые молочные	210	4	10	40	310	0,22	0,1	13	60	1	45	45	1	0,025	30	1,2																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										

3. лечн. Для детей с вегетарианством готовят:

№ рецеп.	Продукты, наименование блюда	Масса порции	Липидные вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)									
			б	ж	у			Ca	P	Zn	I	Mg	Fe				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Заправка																	
	Заправка из творога с фруктами	150	12	11	55	350	0,22	0,1	13	60	1	95	45	1	0,025	30	1,2
	Молоко	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 молоком	200	4,1	3,54	17,6	119	0,02			100	1	100	100	1			
	Сок фруктовый	200	0,08		20	100						50	100				1
Итого за Заправку						679	0,34	0,35	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3
Обед																	
	Салат из сырых овощей	80	1	8	4,5	100	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			
	Карп с картофелем	200	3,5	5,0	22	110	0,1	0,1	2	80		125	125			22	2
	Омлет тушеный	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
	Компот из свежих яблок	200	0,7	0,5	34,9	145	0,1	0,05	10								
Итого за Обед						811	0,42	0,5	21	245	3,5	385	385	3,5	0,035	87,5	4,2

4 день. Дитя неї є вагетонією, острою гіпотенією

№ риб	Ім'я риб, підвидові назви	Маса порції	Питтєві напівцят (г)			УЛ (г/ш)	Вміст (кг)					Мінеральні напівцят (кг)											
			В	Ж	У		В1	В2	С	А	Г	Са	Р	Са	І	Мг	І	ІІ	ІІІ				
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18						
Загальні																							
	Кислотні рибні продукти	200	9,2	14,0	40	310	0,12	0,01	5,00	10					0,01		1,20						
	Харчові	200	5,2	1,7	7	100	0,1	0,11	8	90	1,5	150	150	1,5	0,015	30	1						
	Чай з сахаром	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						
Всього за Загальні		200	0,06	0,02	21	60	0,02			60	0,5	100	100	0,5									
Обсяг						580	0,34	0,37	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3						
Склад із складу є складом, який																							
	Суп з різними компонентами	80	2,5	6,2	24	90	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1,2						
	Пюре картопляне	200	8,6	10,0	20,0	140	0,1	0,1	2	80		120	120			22	2						
	Харчові	150	4,2	8,8	21,8	184	0,05	0,2	8	25		100	100										
	Харчові з овочів, грибів	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5			2						
	Комп'ютерний вишні і яблука	150	19,4	13,5	4,1	224	0,05				1,5	100	100	1,5		40,5	1						
Всього за Обсяг		200	0,20	0,10	21,10	98	0,1	0,05	10														
						836	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20						

5 день. Для детей с недостаточностью глюкозы

№ рецеп.	Препарат, наименование, дозировка	Масса порции	Пищевые вещества (г)							Микроэлементы (мг)									
			Б			Ж			Вит. (мг)	Итого (мг)									
			Б	Ж	У	В1	В2	С		А	Е	Са	Р	Zn	I	Mg	Fe		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18		
Заправка																			
	Каша кукурузная разрыхляемая	200	10	8	46	300	0,22	0,1	13	60	1	50	45	1	0,025	30	1,2		
	Суфле из отварной говядины (паровое)	80	6,5	10	0,75	85						100	100						
	Хлебцы	70	2,2	0,9	20	110	0,10	0,25	2,00	15,00	0,50	25,00	25,00	0,50			1		
	Кисель с молоком	200	4,1	3,54	17,6	119	0,02			100	1	100	100	1			32,50 0,80		
Итого за Заправку																			
Обед																			
	Салат картофельный с соевым соусом и зелеными 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		
	Углебы	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5								
	Суп пюре из кабачков	200	2	6	20	190	0,1	0,1	2	80		125	125		0,5				
	Каша гречневая	150	5,6	3,4	10	96	0,05	0,2	8	25						22	2		
	Рыба с овощами в томатном соусе (тушеная)	150	11,7	3,1	7	130	0,05					100	100						
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,7	0,3	34,9	145	0,1	0,05	10			1,5	100	1,5		40,5	1		
Итого за Обед																			

6. День. Для детей с непереносимостью глютена

№ п/п	Примечания, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			ЭНТ (ккал)	Витаминный состав (мг)										Минеральный состав (мг)					
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А	Е	Са	Р	Zn	I	Mg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
Затраты																						
	Суп пюре из риса	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 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 Затраты					584	0,34	0,35	15,00	175,00	2,50	275,00	275,00	2,50	0,03	62,50	3,00					
Обед																						
	Суп пюре из картофеля	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 овощной	80	1,20	4,00	19	120	0,02	0,15	1	100	1,5	60	60	1,5	0,035	25	1,2					
	Жареное мясо-овощное	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					
	Хлебцы	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5			0,5								
	Итого за Обед					832	0,33	1	21	245	4	385	385	4	0,035	88	4					

9. лев. Длн. дест. с выверенностью глотава

№-р-д.	Продукт питания, наименование блюда	Масса порции	Питательная ценность (г)			ЭД (ккал)	Липидный (мг)								Минеральный состав (мг)							
			Б	Ж	У		Л1	Л2	С	А	Е	Са	Р	Зн	І	Мg	Fe					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18					
Затраты																						
	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					
	Кисломолочный 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									
Итого с : затраты						599	0,34	0,37	15	175	2,5	275	275		0,025	62,5	3					
Объект																						
	Салат из свежих овощей	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 молочный	200	0,1		20,7	83	0,1	0,05	10													
	Капуста тушеная	150	4,60	8,00	8,20	76	0,05	0,2	8	25		100	100									
	Пшеница отварная	100	20,5	16,2	0,5	230	0,05				1,5	100	100			40,5	1					
	Хлебцы	60	2,2	0,9	19	100	0,1			40	0,5											
Итого % Об.м						850	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00		0,04	87,50	4,20					

10 день. Для детей с непереносимостью глюкозы

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Липидные вещества (г)				Энергетическая ценность (ккал)	Минеральные вещества (мг)									
			Б	Ж	У			Na	K	Ca	Mg	P	Zn	I	Mo	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Завтрак																	
	Каша гречневая рисовая	170	4	10	45	280	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
	Сыр	30	0,005	0,005	0	68											
	Мясо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63						100	100				
	Чай с лимоном, сахаром	200	1,2	0,02	21	80	0,02			100	1	100	100	1			1
Итого за завтрак						601	0,34	0,35	15	175	2,5	275	275	2,5	0,025	62,5	3
Обед																	
	Винегрет	80	2,50	6,0	29	102	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			
	Суп картофельный с фасолью	200	3,5	8,3	24	135	0,10	0,10	2,00	80,00							
	Пюре картофельное с морковью	150	4,2	10,8	21,8	184	0,05	0,2	8	25						22,00	2,00
	Кисель из голубики	100	15,0	7,7	18,0	193	0,05				1,5	100	100				
	Напиток из шиповника	200	0,10		30	96	0,1	0,05	10					1,5		40,5	1
Итого за Обед						810	0,42	0,50	21,00	245,00	3,50	385,00	385,00	3,50	0,04	87,50	4,20

В личном делу

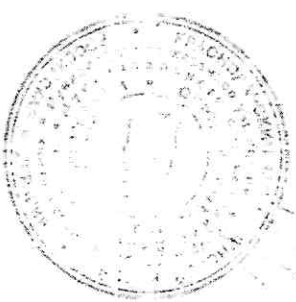
протоколом, протоколом и ответом не считая.

страниц

20

Ответственный

С.И.И.И.И.



КОПИЯ ВЕРНА

МО МВД России «Кизил-Юртовский район» СОШ № 29

Имени Броварда В.Т

М.А. Кунжовская

20 г.