СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:

ДИРЕКТОР ООО "ВКДП" МАЛЬЦЕВА С.В.

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПИЩЕВЫМИ ОСОБЕННОСТЯМИ (ДИАГНОЗ: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ)

Категория: **Дети (7-11лет)**

День 1

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
100/21	Рассольник ленинградский (картофель,огурцы сол,морковь,лук репчатый,крупа,масло	130	0,00	1,37	2,65	6,89	57		0,04	3,69			8,71	13,26	31,72	0,4459			
000/479	Сметана	5	0,00	0,13	0,75	0,18	8			0,01		5,45	3 784	0,348	2,61	0,0087			
124/313	Запеканка из творога(творог молоко крупа манная яйца сахар ванилин сметана масло	130	0,00	18,53	24,82	17,85	369	173,33	0,06	0,52			257,4	329 333	300,733 3	0,8667			
457	Чай(чай-заварка)	200	0,00	0,19		0,06	1			0,04		20 584	4 356	3 828	71 775	0,7134			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	35	0,00	2,8	0,53	14,04	72		0,09			25,55	11,55	23,1	81,9	1,54			
	Всего Завтрак (полдник)	**500**	**0,00**	23,02	28,75	39,02	508	173,33	0,2	4,26		51 584	285,8	734 693	4 241 408	35 747			
	Всего в день		**0,00**	23,02	28,75	39,02	508	173,33	0,2	4,26		51 584	285,8	734 693	4 241 408	35 747			
	Итого		**0,00**	23,02	28,75	39,02	508	173,33	0,2	4,26		51 584	285,8	734 693	4 241 408	35 747			

День 2

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
004/004	Салат из бел.капусты с морковью(капуста белокоч. морковь масло раст.сахар лим.к-та соль)	100	0,00	1,54	8,87	8,79	121		0,03	15,32		175,55	40,06	15	27,44	0,51			
гарниры	Греча по-купечески(греча филе кур морковь,лук,масло соль)	210	0,00	10,99	17,32	53,12	413	2 114	0,29	2,49		486 192	46 928	164 038	259 798	5 712			
487/21	Компот из яблок с лимоном (яблоки, лимоны)	200	0,00	0,3	0,2	14,2	60		0,02	3,3			13,5	5,9	8	1,16			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	30	0,00	2,4	0,45	12,03	62		0,08			21,9	9,9	19,8	70,2	1,32			
	Всего Завтрак (полдник)	**540**	**0,00**	**15,23**	**26,84**	**88,14**	**656**	**2 114**	**0,42**	**21,11**		**683 642**	**110 388**	**204 738**	**365 438**	**8 702**			
	Всего в день		**0,00**	**15,23**	**26,84**	**88,14**	**656**	**2 114**	**0,42**	**21,11**		**683 642**	**110 388**	**204 738**	**365 438**	**8 702**			
	Итого		**0,00**	**15,23**	**26,84**	**88,14**	**656**	**2 114**	**0,42**	**21,11**		**683 642**	**110 388**	**204 738**	**365 438**	**8 702**			

День 3

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
027/128	Борщ с капустой и картофелем (капуста свеж. картофель свекла морковь лук репч. соль сахар сметана	130	0,00	0,94	2,36	5,7	48	5,2	0,02	4,53		163,295 6	218 868	108 732	23 426	0,4732			
189/412	Котлеты, биточки, шницели припущенные(филе кур.хлеб пшен молоко соль)	90	0,00	13,38	11,73	7,05	188	25,71	0,08	0,12		204,107 1	401 786	297 257	189,128 6	24 814			
095/248	Каша гречневая вязкая на молоке(крупа гречневая молоко масло слив соль)	150	0,00	6,05	6,1	24,06	176	21,95	0,12	0,5		254,304 9	110,458 5	629 049	152,904 9	17 854			
486/21	Компот из свежих плодов и ягод(яблоки,сахар,лим кисл)	200	0,00	0,1	0,1	11,1	46		0,01	0,6			3,4	1,7	2,1	0,46			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	25	0,00	2	0,38	10,03	52		0,07			18,25	8,25	16,5	58,5	1,1			
	Всего Завтрак (полдник)	**595**	**0,00**	**22,48**	**20,66**	**57,93**	**509**	**52,87**	**0,29**	**5,75**		**6 399 576**	**1 841 739**	**1 217 038**	**4 260 594**	**6,3**			
	Всего в день		**0,00**	**22,48**	**20,66**	**57,93**	**509**	**52,87**	**0,29**	**5,75**		**6 399 576**	**1 841 739**	**1 217 038**	**4 260 594**	**6,3**			
	Итого		**0,00**	**22,48**	**20,66**	**57,93**	**509**	**52,87**	**0,29**	**5,75**		**6 399 576**	**1 841 739**	**1 217 038**	**4 260 594**	**6,3**			

День 4

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
60,2003	Котлеты Прикамские(говядина,кур.мя со,лук сухари соль хлеб)	90	0,00	15,6	17,43	8,53	253	10,59	0,07	0,53		271,101 2	211 447	217 482	137,435 3	21 494			
238/453	Соус томатный(мука пшеничная,масло сливочное,томат	20	0,00	0,24	0,7	1,48	13			0,54		27,71	0,852	1 448	2,75	0,082			
196/237	Каша гречневая рассыпчатая(крупа гречневая масло,слив,соль)	160	0,00	9,31	5,79	48	282	16	0,22			281 344	14 096	128 096	192 448	4 288			
457	Чай(чай-заварка)	200	0,00	0,19		0,06	1			0,04		20 584	4 356	3 828	71 775	0,7134			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	30	0,00	2,4	0,45	12,03	62		0,08			21,9	9,9	19,8	70,2	1,32			
	Всего Завтрак (полдник)	**500**	**0,00**	**27,74**	**24,37**	**70,1**	**611**	**26,59**	**0,38**	**1,11**		**6 226 392**	**503 487**	**1 749 202**	**4 100 108**	**85 528**			
	Всего в день		**0,00**	**27,74**	**24,37**	**70,1**	**611**	**26,59**	**0,38**	**1,11**		**6 226 392**	**503 487**	**1 749 202**	**4 100 108**	**85 528**			
	Итого		**0,00**	**27,74**	**24,37**	**70,1**	**611**	**26,59**	**0,38**	**1,11**		**6 226 392**	**503 487**	**1 749 202**	**4 100 108**	**85 528**			

День 5

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
56	Куриная подлива (куринное филе,морковь,лук репчатый,томат,масло сл, мука лук соль)	90	0,00	18,9	5,64	6,11	151	495	0,02	1,65		101,676 4	90 763	74 405	181 314	0,3778	45 009		
214/426	Картофель отварной (катофель, масло сливочное)	170	0,00	3,21	5,85	25,04	165	17	0,15	13,46		957 712	16 014	33 711	86 649	1 309			
457	Чай(чай-заварка)	200	0,00	0,19		0,06	1			0,04		20 584	4 356	3 828	71 775	0,7134			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	40	0,00	3,2	0,6	16,04	83		0,11			29,2	13,2	26,4	93,6	1,76			
	Всего Завтрак (полдник)	**500**	**0,00**	**25,5**	**12,08**	**47,25**	**399**	**512**	**0,28**	**15,16**		**1 109,172 4**	**426 463**	**713 795**	**2 055 579**	**41 602**	**45 009**		
	Всего в день		**0,00**	**25,5**	**12,08**	**47,25**	**399**	**512**	**0,28**	**15,16**		**1 109,172 4**	**426 463**	**713 795**	**2 055 579**	**41 602**	**45 009**		
	Итого		**0,00**	**25,5**	**12,08**	**47,25**	**399**	**512**	**0,28**	**15,16**		**1 109,172 4**	**426 463**	**713 795**	**2 055 579**	**41 602**	**45 009**		

День 6

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
064/000	Суп картоф.с рыб.консервами(консер вы рыб.картофель морковь лук репч масло раст соль)	150	0,00	3,28	4,59	10,92	98	6	0,07	5,76		445 314	37 356	23 682	70 314	0,744			
	Жаркое из курицы с картофелем (филе кур картофель морковь лук масло раст соль)	215	0,00	12,05	6,19	18,65	178		0,11	9,65		560,355 3	292 314	306 294	732 394	11 321	0,0061	0,0003	0,0433
462/21	Какао с молоком (какао-порошок, молоко)	200	0,00	3,18	3,19	4,92	61	10	0,03	0,52		169,047 8	105,980 2	140 592	943 985	0,3313			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	40	0,00	3,2	0,6	16,04	83		0,11			29,2	13,2	26,4	93,6	1,76			
	Всего Завтрак (полдник)	**605**	**0,00**	**21,71**	**14,57**	**50,53**	421	**16**	**0,32**	**15,93**		**1 203,917 1**	**1 857 676**	947 706	**3 315 519**	**39 674**	**0,0061**	**0,0003**	**0,0433**
	Всего в день		**0,00**	**21,71**	**14,57**	**50,53**	421	**16**	**0,32**	**15,93**		**1 203,917 1**	**1 857 676**	947 706	**3 315 519**	**39 674**	**0,0061**	**0,0003**	**0,0433**
	Итого		**0,00**	**21,71**	**14,57**	**50,53**	421	**16**	**0,32**	**15,93**		**1 203,917 1**	**1 857 676**	947 706	**3 315 519**	**39 674**	**0,0061**	**0,0003**	**0,0433**

День 7

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
	Котлеты по-гречески(греча,куриное филе,яйцо,лук репчатый,чеснок,соль,сухар и)	90	0,00	12,34	7,19	7,44	144	11,25	0,03	0,38		454 363	8 408	146 793	325 572	0,6582	0,001	0,0013	0,0054
216/210	100/50 Картофельное пюре и капуста тушеная(картофель молоко масло слив соль капуста белокочан.масло раст морковь лук том.паста мука сахар)	150	0,00	3,21	5,84	18,28	139	10	0,1	17,17		534,563 2	521 734	291 241	750 993	11 107	0,0016	0,0002	0,0068
496/21	Напиток из шиповника (шиповник)	200	0,00	0,64	3,78		37		0,01	88		8,3	10,56	2 958	2 958	4,35			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	60	0,00	4,8	0,9	24,06	124		0,16			43,8	19,8	39,6	140,4	2,64			
	Всего Завтрак (полдник)	**500**	**0,00**	**20,99**	**17,71**	**49,78**	**444**	**21,25**	**0,3**	**105,55**		**6 320 995**	**909 414**	**863 614**	**2 510 145**	**87 589**	**0,0026**	**0,0016**	**0,0122**
	Всего в день		**0,00**	**20,99**	**17,71**	**49,78**	**444**	**21,25**	**0,3**	**105,55**		**6 320 995**	**909 414**	**863 614**	**2 510 145**	**87 589**	**0,0026**	**0,0016**	**0,0122**
	Итого		**0,00**	**20,99**	**17,71**	**49,78**	**444**	**21,25**	**0,3**	**105,55**		**6 320 995**	**909 414**	**863 614**	**2 510 145**	**87 589**	**0,0026**	**0,0016**	**0,0122**

День 8

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		А (рет.экв)	В1	С	D	К	Са	Mg	Р	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
172/398	Печень гов.по-строгановски(печень, масло,мука пшеничная сметана)	90	0,00	14,27	11,46	5,12	181	4 164,55	0,19	11,14		221,277 3	163 473	144 491	257,882 7	66 355			
196/237	Каша гречневая рассыпчатая(крупа гречневая масло слив соль)	170	0,00	9,89	6,15	51	299	17	0,24			298 928	14 977	136 102	204 476	4 556			
459/21	Чай с лимоном (чай-заварка, лимон)	200	0,00	0,24	0,01	0,26	2			1,14		298 468	65 736	4 517	82 424	0,7197			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	40	0,00	3,2	0,6	16,04	83		0,11			29,2	13,2	26,4	93,6	1,76			
	Всего Завтрак (полдник)	**500**	**0,00**	**27,6**	**18,23**	**72,42**	**565**	**4 181,55**	**0,53**	**12,28**		**5 792 521**	**510 979**	**1 814 681**	**5 642 011**	**136 712**			
	Всего в день		**0,00**	**27,6**	**18,23**	**72,42**	**565**	**4 181,55**	**0,53**	**12,28**		**5 792 521**	**510 979**	**1 814 681**	**5 642 011**	**136 712**			
	Итого		**0,00**	**27,6**	**18,23**	**72,42**	**565**	**4 181,55**	**0,53**	**12,28**		**5 792 521**	**510 979**	**1 814 681**	**5 642 011**	**136 712**			

День 9

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
55	Гуляш мясной из свинины(мясо,морковь,лук репчатый, томатное пюре,масло сливочное,мука	90	0,00	15,91	12,83	4,08	195	765	0,11	1,64		358,176 4	146 203	262 324	146,543 4	17 088	45 009		
196/237	Каша гречневая рассыпчатая(крупа гречневая масло слив соль)	160	0,00	9,31	5,79	48	282	16	0,22			281 344	14 096	128 096	192 448	4 288			
457	Чай(чай-заварка)	200	0,00	0,19		0,06	1			0,04		20 584	4 356	3 828	71 775	0,7134			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	50	0,00	4	0,75	20,05	103		0,13			36,5	16,5	33	117	2,2			
	Всего Завтрак (полдник)	**500**	**0,00**	**29,41**	**19,37**	**72,19**	**581**	**781**	**0,47**	**1,68**		**6 966 044**	**495 723**	**1 911 564**	**4 631 689**	**89 102**	**45 009**		
	Всего в день		**0,00**	**29,41**	**19,37**	**72,19**	**581**	**781**	**0,47**	**1,68**		**6 966 044**	**495 723**	**1 911 564**	**4 631 689**	**89 102**	**45 009**		
	Итого		**0,00**	**29,41**	**19,37**	**72,19**	**581**	**781**	**0,47**	**1,68**		**6 966 044**	**495 723**	**1 911 564**	**4 631 689**	**89 102**	**45 009**		

День 10

№ рец.	Приём пищи, наименование блюда	Масса порции	Стоимость	Пищевые вещества			ККАЛ	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)							
				Б	Ж	У		A (рет.экв)	B1	C	D	K	Ca	Mg	P	Fe	I	Se	F
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
	Завтрак (полдник)																		
000/050	Салат из свеклы отварной(свекла масло раст.)	60	0,00	0,82	2,69	4,82	47		0,01	2,33		167 616	18 948	11 142	21 774	0,708			
ттк	Биточки из рыбы "Нежные" (рыба,свинина,лук,яйцо,хлеб ,молоко,соль,сухари,масло,м ука, томат, сахар)	100	0,00	15,38	13,24	12,12	229	70	0,12	1,14	0,01	430,117 7	660 461	529 902	235 422	19 817	0,0012	0,0003	0,0029
214/426	Картофель отварной (катофель, масло сливочное)	150	0,00	2,84	5,16	22,1	146	15	0,14	11,88		845,04	14,13	29 745	76 455	1 155			
460/21	Чай с молоком(чай, молоко)	200	0,00	1,5	1,41	2,2	27	10	0,01	0,3		81 174	57 156	9 918	463 275	0,7569			
000/109	Хлеб ржаной(мука ржаная дрожжи соль)	35	0,00	2,8	0,53	14,04	72		0,09			25,55	11,55	23,1	81,9	1,54			
	Всего Завтрак (полдник)	**545**	**0,00**	23,34	23,03	55,27	521	95	0,36	15,65	0,01	1 549,497 7	1 678 301	1 268 952	4 618 785	61 416	0,0012	0,0003	0,0029
	Всего в день		**0,00**	23,34	23,03	55,27	521	95	0,36	15,65	0,01	1 549,497 7	1 678 301	1 268 952	4 618 785	61 416	0,0012	0,0003	0,0029
	Итого		**0,00**	23,34	23,03	55,27	521	95	0,36	15,65	0,01	1 549,497 7	1 678 301	1 268 952	4 618 785	61 416	0,0012	0,0003	0,0029

составил диет сестра Мелихова НН