

СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ СОШ №34

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.А.Артеменко



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ

К ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

ПЕРИОД:

2025 -2026г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно

Методическим рекомендациям МР 2.4.0162-19

2025 г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 1 -й	ЗАВТРАК							
	Каша пшённая рассыпчатая	160	5,99	6,49	39,53	243,85	32	205/21
	Мясо отварное в бульоне	90	18,09	18,00	0,09	234,00	53	МР/2.28/19
	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	МР/11.9/19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	82 / 21
итого за завтрак		590	27,78	28,37	77,92	680,13		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы { + / - } %			1,71	1,30	-4,98	-1,86		
неделя 1 -я День 1 -й	ОБЕД							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	МР/8.2 /19
	Борщ с капустой и картофелем	300	2,758	5,123	11,532	109,20	10	ТТК/82/17
	Рагу из птицы	230	21,87	16,76	19,69	317,06	43	376/21
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	502/21
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за обед		830	32,06	30,155	0,06	717,99		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы { + / - } %			-4,17	-7,05	-34,98	-10,57		
неделя 1 -я День 1 -й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром	180	0,18	0	13,5	51,30	74	МР/11.9/19
	Икра из кабачков	60	0,5	2,4	3,3	40,00	8	МР/6.20/18
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,20	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (банан)***	120	2,16	4,72	20,838	133,67	80	82 / 21
итого за полдник		370	3,86	8,823	43,21	266,17		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы { + / - } %			-6,29	-1,82	1,10	-0,94		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		59,84	58,53	77,98	1398,12
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		-2,46	-5,76	-39,96	-12,43

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		35,92	38,98	43,27	984,16
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %		-10,47	-9,88	-39,88	-11,51

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		63,70	67,36	121,19	1664,29
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-9,75	-7,58	-38,86	-13,37

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по СБ. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1-я День 2-й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,1167	2,684	14,934	2	МР/8.1/19
	Плов из риса с отварным мясом	250	20,30	23,10	48,50	488,00	58	МР/2.10/19
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	МР/11.6/17
	Хлеб безглютеновый*	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за завтрак		550	24,17	28,32	103,90	781,66		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,76	1,24	1,70	1,60		
неделя 1-я День 2-й	ОБЕД							
	Икра морковная	60	1,03	4,38	4,53	60,10	6	МР/6.9/19
	Суп с крупой (гречка)	250	3,21	3,83	11,81	94,74	18	ТТК/115/17
	Омлет с птицей и / овощи	165	29,82	17,98	2,12	291,22	41	274/21
	консервированные отварные	35	0,91	1,09	1,804	22,008	41	157/21
	Молоко кипячёное ***	200	5,8	5,00	9,60	107,00	76	385/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за обед		860	44,31	37,85	58,94	766,60		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	56,40	37,77	136,23	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			7,60	0,08	-19,86	-8,92		
неделя 1-я День 2-й	ПОЛДНИК							
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	МР/11.10/19
	Биточек рисовый с морковью	120	2,53	7,37	20,65	158,06	38	193/17
	и / джем абрикосовый	30	0,149	0,0165	15,447	62,54	38	
итого за полдник		350	2,98	7,49	51,29	279,59		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,13	-3,06	3,18	-0,49		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	68,48	55,16	162,84	1548,26
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		5,84	1,32	-18,16

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	47,29	45,34	110,24	1046,19
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %		0,47	-2,88	-18,68

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	71,46	73,65	214,13	1827,855
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-1,29	-1,74	-14,98

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 -я День 3 -й	ЗАВТРАК							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	МР/6.2/13
	Тефтели рыбные (минтай) ***	100 /20	12,70	4,45	7,19	119,99	62	239/17
	Пюре картофельное /	120	2,60	4,00	18,10	125,00	22	МР/7.1/19
	/ Капуста отварная (сложный гарнир)	60	1,26	1,36	3,18	30,60	22	МР/7.13/13
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за завтрак		590	20,08	13,298	61,54	460,878		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,89	-12,68	-9,19	-9,32		
неделя 1 -я День 3 -й	ОБЕД							
	Икра секольная	60	1,00	5,10	5,70	73,00	7	МР/6.9/19
	Суп из овощей	250	2,29	3,80	10,31	84,62	14	ТТК/92/17
	Мясо тушёное	50 / 50	15,20	17,38	2,56	225,00	54	256/17
	Каша вязкая (рисовая)	180	3,08	5,04	31,89	184,86	36	303/17
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	20,2	105,60	66	369/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за обед		920	26,01	36,82	102,97	855,81		82 /21
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-9,99	-0,87	-8,54	-5,86		
неделя 1 -я День 3 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	МР/11.9/19
	Сардельки мясные паровые	100	18,40	15,60	3,50	228,00	52	МР/2.21/19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за полдник		320	20,63	19,200	40,84	423,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			9,84	7,79	0,49	4,41		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			46,09	50,12	164,51	1316,69
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ / -) %			-15,68	-13,55	-17,73	-15,20
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК			46,64	56,02	143,82	1279,30
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,15	6,92	-8,05	-1,47
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			66,72	69,32	205,36	1740,173
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,84	-5,76	-17,24	-10,79

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

2023 - г.г.

* * * при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молочку можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - ____ г.г.

1-я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
	ЗАВТРАК							
неделя	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	3	54-43/22
1 -я	Биточки мясные паровые	100	15,03	14,35	5,74	212,21	46	МР/2.6/19
День	Картофель и овощи тушёные в соусе	180	3,60	10,60	25,16	214,68	27	142/17
5 -й	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	МР/11.5/19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за завтрак		570	21,82	28,64	72,65	640,31		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,02	1,54	-6,33	-3,21		
	ОБЕД							
неделя	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,95	2	МР/8.1/19
1 -я	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,70	4,20	8,30	79,00	13	МР/1.2а/19
День	Рыба припущенная***	100	15,56	7,47	0,85	132,73	65	227/17
5 -й	Картофель отварной	120	2,29	3,46	18,41	113,88	30	310 / 17
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	26	108,0	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (апельсин)***	100	0,781	0,15	8,1467	37,03	81	82 / 21
итого за обед		870	25,19	20,49	81,70	624,30		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-10,78	-16,01	-14,01	-13,76		
	ПОЛДНИК							
неделя	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	МР/11.10/19
1 -я	Котлета школьная паровая	90	14,99	8,40	5,38	157,37	47	347/21
День	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
5 -й								
итого за полдник		310	17,32	11,90	32,10	308,9		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			6,65	1,03	-1,75	0,51		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	47,01	49,13	154,35	1264,61
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ / -) %	-14,80	-14,47	-20,34	-16,97

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	42,51	32,39	113,80	933,16
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы { + / - } %	-4,13	-14,98	-15,76	-13,25

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	64,33	61,03	186,45	1573,46
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %	-8,15	-13,44	-22,10	-16,46

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

^{***} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

* * * при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ____ г.г.

1 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 1 - я День 6 -й	ЗАВТРАК							
	Каша пшенная вязкая	180	4,77	5,10	25,40	170,36	33	303/19
	Пюре из отварного мяса в бульоне	85	18,00	15,50	0	211,00	60	МР/2.1/19
	Компот из апельсинов	200	0,45	0,1	33,99	141,00	71	346/17
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	82 / 21
итого за завтрак		605	25,73	24,58	83,70	667,65		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,26	-2,22	-3,50	-2,28		
неделя 1 -я День 6 -й	ОБЕД							
	Икра морковная	60	1,03	4,38	4,53	60,10	6	МР/3.98/19
	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	2,96	4,57	12,30	104,71	20	250/22
	Ежики мясные	120	16,322	21,88	13,56	317,68	48	347/22
	Картофель отварной	155	2,95	4,46	23,78	147,10	30	310/17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	389/17
Хлеб безглютеновый *		30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за обед		815	27,32	40,68	91,69	853,12		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-8,74	2,70	-11,44	-5,97		
неделя 1 -я День 6 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из свежих фруктов	200	0,216	0	20,27	81,57	72	822/22
	Омлет с зелёным горошком ***	100	7,14	10,72	3,43	138,57	42	269/21
	Плоды свежие (апельсин)***	100	0,781	0,15	8,1467	37,03	81	82 / 22
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,20	9	Пром.пр.
итого за полдник		410	9,16	12,562	37,62	298,37		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,20	1,64	-0,34	0,15		

	белки	жиры	углеводы	Энергетическая
	Б	Ж	У	ценность Ккал
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	53,04	65,27	175,38	1520,77
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ / -) %	-9,00	0,49	-14,94	-8,26

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	36,47	53,24	129,30	1151,49
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+ / -) %	-9,93	4,35	-11,78	-5,82

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	62,20	77,83	213,00	1819,14
Норма по МР 2.4.0162-19, 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %	-10,20	2,13	-15,27	-8,10

рекомендуется использовать смеси сухие низобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

^{††} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ
 Россия Краснодарский край
 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 - я День 7 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	МР/8.1/19
	Сардельки мясные паровые	90	16,50	14,10	3,20	205,00	52	МР/2.21/19
	Морковь припущенная	150	2,10	3,10	11,10	82,00	26	МР/7.14/19
	Какао с молоком ***	200	3,3	2,9	22,91	126,68	78	462/21
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,194	111,39	80	62 / 21
итого за завтрак		630	26,55	27,55	68,63	632,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы { + / - } %			0,53	0,54	-7,37	-3,48		
неделя 2 -я День 7 -й	ОБЕД							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	МР/8.2/19
	Рассольник ленинградский	250	2,74	4,83	15,71	116,80	15	96 / 17
	Рагу из овощей	180	3,25	11,24	15,25	174,72	25	54-24/22
	Котлета мясная паровая	100	19,39	17,99	5,83	262,53	50	МР/2.6/19
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за обед		830	29,91	39,23	75,63	785,59		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы { + / - } %			-6,24	1,35	-15,57	-8,27		
неделя 2 -я День 7 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	МР/11.5/19
	Яйцо варёное ***	40	5,10	4,60	0,30	63,00	40	МР/4.1/19
	Кукуруза сахарная	70	1,40	0,23	7,12	36,52	5	54-21/22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за полдник		330	8,73	8,433	44,76	295,00		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы { + / - } %			-1,60	-2,18	1,50	0,04		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		56,46	66,78	144,26	1418,08
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %			-5,71	1,89	-22,93

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		38,66	47,66	120,39	1080,59
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,84	-0,83	-14,07

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		65,19	75,21	189,02	1713,08
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,31	-0,29	-21,43

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молоко можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

ПРИЛОЖЕНИЕ
 Россия Краснодарский край
 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
 для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре - цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 8 -й	ЗАВТРАК							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	МР/8 2 /15
	Каша гречневая с овощами	180	5,55	4,55	29,12	183,69	35	658/22
	Бефстроганов	100	18,00	20,11	5,58	279,00	55	МР/2,3 /10
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	МР/11,6 /17
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за завтрак		570	27,17	28,14	82,97	703,18		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			1,12	1,08	-3,68	-1,07		
неделя 2 -я День 8 -й	ОБЕД							
	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	3	64-43/22
	Суп с крупой (пшенной)	250	3,50	5,19	16,51	126,79	19	115/17
	Рыба припущенная***	100	15,56	7,47	0,85	132,73	65	227/17
	Картофель тушёный	145	2,92	3,188	21,407	126,077	28	647/22
	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	82 / 21
итого за обед		895	27,39	21,44	94,69	691,86		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-8,67	-15,13	-10,67	-11,46		
неделя 2 -я День 8 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	МР/11,6 /19
	Печень тёртая	100	18,94	10,33	7,35	196,85	61	358/21
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,20	9	Пром.пр.
итого за полдник		310	19,95	12,03	48,52	378,05		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			9,18	1,15	2,47	2,86		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		54,56	49,58	177,66	1395,04
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,54	-14,05	-14,35

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		47,34	33,47	143,21	1069,92
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %			0,52	-13,98	-8,20

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		74,51	61,61	226,18	1773,10
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %			1,64	-12,90	-11,88

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ
 Россия Краснодарский край
 12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
 для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)
 Возрастная категория: 12 лет и старше Сезон: 2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки	жиры	углеводы			
			Б	Ж	У			
неделя 2 -я День 9 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	МР/8.1/19
	Шницель рыбный(на пару)***	100	15,47	4,28	1,59	107,98	64	235/17
	Пюре картофельное/	110	2,38	3,67	16,59	114,58	23	МР/7.1/19
	Калуста тушёная (сложный гарнир)	70	1,72	5,33	4,90	78,62	23	МР/7.7/19
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за завтрак		570	23,42	16,802	57,51	493,401		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,48	-9,43	-10,22	-8,21		
неделя 2 -я День 9 -й	ОБЕД							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	МР/8.2/19
	Борщ с картофелем	250	2,46	5,00	12,98	106,97	11	ТТК/83/17
	Плов из риса с отварным мясом	200	16,30	18,50	38,80	390,00	59	МР/2.10а/19
	Отвар шиповника с сахаром	200	0,7	0,3	24,7	117,00	67	МР/11.146/19
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	82/21
итого за обед		870	23,48	29,45	106,88	813,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-12,42	-7,70	-7,54	-7,32		
неделя 2 -я День 9 -й	ПОЛДНИК							
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	25	108,0	66	389/17
	Каша гречневая с овощами	150	5,54	3,80	24,27	153,08	35	658/22
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,20	9	Пром.пр.
итого за полдник		360	7,56	5,50	56,04	302,28		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,74	-4,90	4,40	0,29		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,90	46,26	164,39	1306,90
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %		-14,90	-17,13	-17,76

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	31,03	34,95	162,92	1115,77
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %		-15,16	-12,61	-3,14

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,46	51,76	220,42	1609,17
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %		-17,64	-22,03	-13,36

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

Россия Краснодарский край

12 - тидневное меню приготавливаемых блюд школьных завтраков-обедов-полдников для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 10 -й	ЗАВТРАК							
	Рис с кукурузой и морковью	230	5,35	5,13	49,95	266,49	37	663/22
	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	502/21
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	82/21
итого за завтрак		570	11,76	12,11	98,41	556,77		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,09	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-13,69	-13,77	0,29	-6,06		
неделя 2 -я День 10 -й	ОБЕД							
	Горошек зелёный консервированный	70	1,98	0,12	4,08	25,78	4	54-203/22
	Суп "Минестроне"	250	2,569	4,11	13,658	93,77	16	249/22
	Котлета рубленая из птицы	100	24,53	10,52	3,00	198,02	45	515/22
	Картофель отварной и /	140	2,67	0,51	21,36	100,94	29	125/17
	соус сметанный с овощами	35	0,38	3,04	1,03	32,81	29	332/17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	31,69	128,2	69	54-1хн/22
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за обед		825	35,68	23,40	88,14	718,25		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-0,69	-13,32	-12,35	-10,66		
неделя 2 -я День 10 -й	ПОЛДНИК							
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	369/17
	Голубцы ленивые с соусом	100 / 20	18,95	11,61	4,09	171,87	49	525/22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за полдник		340	21,98	15,010	35,83	349,16		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			11,13	3,91	-0,79	1,88		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	47,45	35,51	186,55	1275,03
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ / -) %	-14,38	-27,09	-12,07	-16,62

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	57,66	38,41	123,97	1067,41
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+ / -) %	10,44	-9,41	-13,15	-8,68

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	69,43	50,52	222,38	1624,18
Норма по МР 2.4.0162-19, 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы { + / - } %	-3,24	-23,18	-12,86	-14,74

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молочку можно заменить на любой напиток не содержащий молока)

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - ____ г.г.

2 - я неделя

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры ТК / ТТК	№ по Сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 11 -й	ЗАВТРАК							
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	МР/8.2/19
	Жаркое по - домашнему	200	16,42	17,79	23,10	336,00	57	256 / 17
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	МР/11.10/19
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
	Фрукты свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,194	111,39	80	82 / 21
итого за завтрак		590	21,04	25,30	68,37	606,88		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,77	-1,55	-7,43	-4,35		
неделя 2 -я День 11 -й	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	МР/8.1/19
	Щи из свежей. капусты с картофелем	250	2,198	4,941	8,50	87,46	12	ТТК / 88 / 17
	Биточек рыбный*** и / соус	80/ 20	9,94	3,21	5,77	96,01	63	463/22
	Каша вязкая (пшеничная)	180	4,77	5,10	26,40	170,36	33	303/17
	Молоко кипячённое ***	200	5,8	5,00	9,60	107,00	76	385/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
	Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	82 / 21
итого за обед		935	26,96	23,87	81,07	658,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-9,07	-12,87	-14,17	-12,59		
неделя 2 -я День 11 -й	ПОЛДНИК							
	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	МР/11.5/19
	Яйцо варённое***	40	5,10	4,60	0,30	63,00	40	МР/4.1/19
	Кукуруза консервированная	70	1,4	0,233	7,117	36,52	5	54-21а/22
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за полдник		330	8,73	8,43	44,76	295,00		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,60	-2,18	1,50	0,04		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		48,00	48,17	149,44	1265,37
Норма по МР 2.4.0162-19.		60%	62,40	64,74	233,52
отклонение от нормы (+ / -) %			-13,85	-14,43	-21,60

ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК		35,69	32,31	125,83	953,50
Норма по МР 2.4.0162-19.		45%	46,80	48,56	175,14
отклонение от нормы (+ / -) %			-10,68	-15,06	-12,67

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		56,73	57,60	194,20	1560,38
Норма по МР 2.4.0162-19.		70%	72,80	75,53	272,44
отклонение от нормы (+ / -) %			-15,45	-16,61	-20,10

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключать).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ
Россия Краснодарский край
12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)
Возрастная категория: 12 лет и старше
Сезон :
2 - я неделя
2023 - ____ г.г.

приём пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	№ рецептуры ТК / ТТК	№ по сб. р-р / год. изд.
			белки Б	жиры Ж	углеводы У			
неделя 2 -я День 12 -й	ЗАВТРАК							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	МР/8 1/19
	Птица тушёная в соусе	50 / 50	16,96	11,26	3,51	177,74	44	290/17
	Картофель отварной	180	3,43	5,18	27,62	170,82	31	310/17
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	389/17
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
итого за завтрак		570	24,24	19,96	65,55	540,78		
Норма по МР 2.4.0162-19.		25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
отклонение от нормы (+ / -) %			-1,70	-6,50	-8,16	-6,60		
неделя 2 -я День 12 -й	ОБЕД							
	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	3	54-4з/22
	Суп карт. с рыбой (минтай)	250	10,475	3,25	18,25	144,23	21	54-20к/22
	Зразы рубленные	90	13,391	17,953	3,102	229,67	51	274/17
	Каша вязкая (рисовая) / и	130	2,22	3,61	23,03	133,31	24	303/17
	овощи припущенные	50	1,16	1,30	3,28	29,42	24	138/17
	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40	140,00	68	МР/11.6/17
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
Плоды свежие (яблоко)		100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	82 / 21
итого за обед		920	31,66	31,70	113,59	877,49		
Норма по МР 2.4.0162-19.		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
отклонение от нормы (+ / -) %			-4,57	-5,62	-5,81	-5,14		
неделя 2 -я День 12 -й	ПОЛДНИК							
	Какао с молоком ***	200	3,3	2,9	22,91	126,68	78	462/21
	Котлета пшённая с морковью	120	4,11	8,05	20,99	172,13	39	193/17
	и / джем абрикосовый	30	0,149	0,0165	15,447	62,54	39	
итого за полдник		350	7,55	10,96	59,34	361,34		
Норма по МР 2.4.0162-19.		10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
отклонение от нормы (+ / -) %			-2,74	0,16	5,25	2,29		
ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД			56,89	51,66	179,14	1418,27		
Норма по МР 2.4.0162-19.			62,40	64,74	233,52	1763,40		
отклонение от нормы (+ / -) %			-6,26	-12,12	-13,97	-11,74		
ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК			39,21	42,66	172,93	1238,83		
Норма по МР 2.4.0162-19.			46,80	48,56	175,14	1322,55		
отклонение от нормы (+ / -) %			-7,30	-5,46	-0,57	-2,85		
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник			63,44	62,62	238,49	1779,62		
Норма по МР 2.4.0162-19.			72,80	75,53	272,44	2057,30		
отклонение от нормы (+ / -) %			-9,00	-11,96	-8,72	-9,45		

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

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

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

*** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12-ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)Возрастная категория: 12 лет и старше
Среднее за 6 дней (фактически)

Сезон:

2023 - ____ г.г.

1 - я неделя

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка 1 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал
			белки	жиры	углеводы	
			Б	Ж	У	
Норма по МР 2.4.0162-19. за сутки			104	107,90	389,200	2939
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ	25%	26,00	26,98	97,30	734,75
Среднее за 6 дней (фактически)			24,31	25,18	77,12	640,25
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-1,62	-1,66	-5,18	-3,22
12 - 18 л	ОБЕДЫ	35%	36,40	37,77	136,22	1028,65
Среднее за 6 дней (фактически)			31,15	32,77	70,33	763,21
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-5,05	-4,63	-16,93	-9,03
12 - 18 л	ПОЛДНИКИ	10%	10,40	10,79	38,92	293,90
Среднее за 6 дней (фактически)			10,36	11,43	39,98	303,76
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-0,04	0,59	0,27	0,34
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
Среднее за 6 дней (фактически)			55,46	57,96	147,45	1403,46
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-6,67	-6,29	-22,11	-12,25
12 - 18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
Среднее за 6 дней (фактически)			41,51	44,20	110,31	1066,97
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-5,09	-4,03	-16,66	-8,70
ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ			72,80	75,53	272,44	2057,30
Среднее за 6 дней (фактически)			65,82	69,39	187,43	1707,22
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-6,71	-5,69	-21,84	-11,91

Среднее за 6 дней (фактически)

2 - я неделя

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя			Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность Ккал
			белки	жиры	углеводы	
			Б	Ж	У	
Норма по МР 2.4.0162-19. за сутки			104	107,9	389,2	2939
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ	25%	26,00	26,98	97,30	734,75
Среднее за 6 дней (фактически)			22,36	21,64	73,57	588,92
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-3,50	-4,94	-6,10	-4,96
12 - 18 л	ОБЕДЫ	35%	36,40	37,77	136,22	1028,65
Среднее за 6 дней (фактически)			29,18	28,18	93,33	757,53
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-6,94	-8,88	-11,02	-9,22
12 - 18 л	ПОЛДНИКИ	10%	10,40	10,79	38,92	293,90
Среднее за 6 дней (фактически)			12,42	10,06	48,21	330,14
Отклонение от нормы в % (+ / -)			1,94	-0,68	2,39	1,23
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
Среднее за 6 дней (фактически)			51,54	49,83	166,91	1346,45
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-10,44	-13,82	-17,12	-14,19
12 - 18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
Среднее за 6 дней (фактически)			41,60	38,24	141,54	1087,67
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-5,00	-9,56	-8,63	-7,99
ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ			72,80	75,53	272,44	2057,30
Среднее за 6 дней (фактически)			63,96	59,89	215,12	1676,59
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-8,50	-14,50	-14,73	-12,95

ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12-тидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков-обедов-полдников для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше
Среднее за 12 дней (фактически)

Сезон: 1 - 2 - я неделя

2023 - ____ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше меню завтраки 10-тидневка			Пищевые вещества (г)			Энергетическая
			белки Б	жиры Ж	углеводы У	ценность Ккал
Норма по МР 2.4.0162-19. за сутки			104	107,9	389,2	2939
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ	25%	26,00	26,98	97,30	734,75
Среднее за 12 дней (фактически)			23,34	23,41	75,35	614,59
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-2,56	-3,30	-5,64	-4,09
12 - 18 л	ОБЕДЫ	35%	36,40	37,77	136,22	1028,65
Среднее за 12 дней (фактически)			30,17	30,48	81,83	760,37
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-5,99	-6,75	-13,97	-9,13
12 - 18 л	ПОЛДНИКИ	10%	10,40	10,79	38,92	293,90
Среднее за 12 дней (фактически)			11,39	10,75	44,09	316,95
Отклонение от нормы в % (+ / -)			0,95	-0,04	1,33	0,78
12 - 18 л	ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
Среднее за 12 дней (фактически)			53,50	53,89	157,18	1374,95
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-8,55	-10,05	-19,61	-13,22
12 - 18 л	ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
Среднее за 12 дней (фактически)			41,55	41,22	125,92	1077,32
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-5,05	-6,80	-12,65	-8,34
ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ			70%	72,80	75,53	272,44
Среднее за 12 дней (фактически)			64,89	64,64	201,27	1691,90
Отклонение от нормы в % (+ / -)			-7,61	-10,10	-18,29	-12,43

Ответственный за разработку меню

Кривенко В.М. Окрут

Литература:

1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А.

ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ

РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: Дели принт. 2008. - 276 с.

2 СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могольного и В.А. Тутельяна. - М.: Дели плюс, 2017. - 544 с.

3 Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей образовательных организаций и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) ФБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)

4 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий / сост. А.Я.Перевалов. Н.В.Тапешкина. - Изд-е 4-е доп. и испр. - Пермь, 2021. - 410с.

5 Методические рекомендации МР 2.4.0162-19. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)

источник рецептуры: Приказ Департамента Здравоохранения города Москвы № 653 от 11.09.2017

«О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания»

Весь блонд готовится на пару или вапит. Для приготовления блондов волосы и кожу освобождают от ступинок, нити и кистей, расуку на маленькие кусочки, промывают, закладывают в холодную воду и доводят до образования пены. воду и первый блонд не сливают.

Специстเตือน, что в процессе деланияе пищи при избыточной температуре могут происходить нежелательные изменения нитрат и другие пищевых веществ. Самые безопасные блюда готовятся способом варки или тушения на максимальном

Свежий томатный сок непосредственно перед употреблением разводит чистой кипяченой водой.

Исполнитель, в составе которых гитара не дедекларирован

ТОМАТНЫЕ ПАСЛЫ, КУКУРУБЫ*, НЕКОТОРЫЕ САЛАННЫЕ ЗАПЕЧЕННЫ, ГОРЧИЦУ, МАЙОНЕЗ**

некоторые сорта мороженого, йогуртов, творожные сырки и пасты, плавленые (бульонные) кубики, кондитерские смеси, сливки, шоколад, масло, яйца, фрукты.

подразделением и группировке чисел —, за исключением картографов при
крупнейших жилищах (содержат солоду, маринады, чаи)

«КРАСНОЕ НАВЕРХ» (ИЛИЛИЕ ШТАЙНГАУС)

пигменты доминируют (преимущественно анилин C150a, C150d, майялол E636, изодантлон E993, мелилин и м.

- исключая безалкогольные сорта

... есть безразличные предметы

ИЗДАТЕЛЬСТВО «НАУКА»

Продукты, применение и использование болонии и цемланной	
Вина	Продукты
Пшеничные Машин и крупы	Кувурдунские - муса, каша, пшеница, ячмень, кукурузные продукты*
	Рисовые - муса, каша и др. изделия из риса
	Гречневые муса и каша
	Амарант, каннола, топинач**
Масло, маслопродукты	Самое натуральное масло
	Кокосовое масло - цинко, олеоко, бумажная коробка "Донорская" (Белгородская)
Мясо	Сосиски (Белгородская)
	Куряные
	Деревянные
Молочные	Масло сливочное коровье ***
	Масло растительное
	(подсолнечное, кукурузное, оливковое)
Рыба	Запеченная
Молоко и молочные продукты. Молоко пармезан и сыры	

Ассортимент основных продуктов, рекомендуемых для использования в питании детей, болящих целиакией (основные виды продовольственного сырья и полуфабрикатов, а также готовых пищевых продуктов промышленного производства)

Витамин

Варенье без консервантов (в том числе, без сорбиновой кислоты) стерилизованное
Выпечное без консервантов (в том числе, без сорбиновой кислоты) стерилизованное
Вафли безлипидовые
Вода питьевая

Гематит и конфеты, обогащенные гемоглобином (искусств.)*

Говядина 1 категории

Горох шифованный (шпала, задняя часть, шп.)

Горох шифованный

Горошек зеленый безразмороженный

Дрожжи хлебопекарные

Зелень петрушки, сельдерея, укропа сушеная

Изделия булочные с повышенной пищевой ценностью, в том числе, витаминизированные безлипидовые

Изделия фигурные и хлопья из круп (злаков) безлипидовые витаминизированные

Изделия творожные для детского питания безлипидовые (с массовой долей жира до 9%)*

Икра зернистая

Икра лососевая рыб без консервантов

Кабачки (патиссоны) свежие

Какао-порошок

Капуста белокочанная, квашенная свежая

Капуста морская сушеная или парено-мороженная

Капуста цветная свежая

Картофель свежий продовольственный

Каша витаминизированная быстро приготавливаемая из гречневой, пшеничной, рисовой крупы

Концентраты и сиропы натуров витаминизированных

Конфеты шоколадные без вафельной крошки и вафельной прослойки*

Коренья ботвы сушеные (в том числе, петрушка, сельдерей и др.)

Корзина картофельный или кукурузный

Крупа гречневая

Крупа пшеничная

Крупа пшеничная

Крупа рисовая

Кукуруза сахарная консервированная

Кукуруза свежая

Лист лавровый сухой

Лук свежий зеленый

Макаронные изделия безлипидовые

Масло коровье сливочное неслипное 82,0 % жирности и 82,5 % жирности

Масло растительное (подсолнечное, кукурузное)

Мед натуральный

Молоко коровье пастеризованное и стерилизованное (витамины из натурального сырья с массовой долей жира 2,5-3,5%)

Морковь столовая свежая

Мука рисовая, кукурузная

Мясо птицы (цельный-бройлеров, ур, индейки)

Мясо кролика

Наливки витаминизированные, а том числе, искусственные безлипидовые

Напитки изюмные (с массовой долей жира 2,5-4%), в том числе, изюн, айва, айва, простокваша, ряженка, пахта, в том числе обогащенные мяками промышленными

Овощи, фрукты и ягоды безразмороженные и по сезону

Овощи, фрукты и ягоды сушеные

Орехи семечные

Орехи и ореховые продукты

Орехи и ореховые продукты

Орехи и ореховые продукты

Орехи и ореховые продукты

Перец сладкий свежий

Сметана (с массовой долей жира 10-15%)

Технически

Тыкода Евгения

Упродолженіе

Фасольа прородовольстве нна

Фрукты свежие (яблоки, груши, бананы и др.)

Хлеб безалкогольный, кукрузный

TECHNICAL SUPPORT

ШКОЛА № 1

Алматы қоныс

Российский фонд

Результаты исследования / Results of the study

допускается только в индивидуальной упаковке, рассчитанной на 1 порцию

Таблица 1

Приведенный средний набор продуктов базовой биотехнологической диеты (Барабан А. А., Буторин Т. Э., Росляцкая Е. А. и др., 2005)

Продукты	Вещества в мг/100 г сух. массы продукта				
	(г/100г)				
	1-3 года	4-6 лет	7-10 лет	11-14 лет	
Хлеб бездрожжевой*	100	150	200	250	
Мука хлебопекарная (пшеница)	30	4	5	5	
Крупы (рис, гречка, пшеница, ячмень)	40	60	70	80	
Макаронные изделия	190	250	290	380	
Овощи, зелень	200	280	340	400	
Фрукты свежие	100	200	260	260	
Сок фруктовый	160	220	230	230	
Орехи свежие	5	10	15	15	
Бездрожжевые выпечки и кондитерские изделия	10	10	20	20	
Сыры	35	50	60	60	
Мясо 1 категории	100	120	140	170	
Птица	25	30	40	45	
Рыба (жирная)***	40	50	50	60	
Молоко, кефир**	475	550	550	550	
Творог детский	30	50	50	50	
Сметана	10	12	10	15	
Масло сливочное	20	20	30	35	
Масло растительное	5	10	10	1	
Жиры (масла)***	от 4-5	1	1	1	

Суп	5	5	10	10
Чай	0,2	0,3	0,4	0,4
Пшено-порошок ***		2	2	2
Химический состав (без учета тепловой обработки)****				
Белок, г	61,3	81,2	94	104
Жиры, г	65	84,9	95,7	107,9
Углеводы, г	197,1	282,5	334,9	389,2
Энергетическая ценность, кДж	1619	2211	2507	2939

та смеси сухих пшенично-овсяных безлактозных «Нутри-тен» для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безлактозно-овсяные зерновые продукты, готовые к употреблению (смеси ** для приготовления безлактозного хлеба рекомендуются использовать смеси сухих пшенично-овсяных безлактозных «Нутри-тен» для выпечки хлеба (приложение 2).
*** при пищевой аллергии к глютену в соответствии с индивидуальной переносимостью
**** химический состав набора может несколько изменяться в зависимости от сортности используемых продуктов (пшеница, овсяная, пшеница и т.д.)

Примерный среднесуточный набор продуктов базовой безлактозной безмолочной диеты

Продукты	Количество (г, мл) для детей в возрасте (брутто)					
	1-3 года	4-6 лет	7-10 лет	11-14 лет	15-17 лет	взрослые
Безлактозные хлебобулочные, дрожжевые и макаронные изделия	110	190	300	330	430	430
Макароны (гречневые, кукурузные, картофельные, соевые)	3	4	5	5	5	5
Крупы (гречневая, рисовая, кукурузная)	40	60	70	80	80	80
Соевые смеси для детского питания	360	-	-	-	-	-
Картофель	150	200	350	400	550	550
Овощи, зелень	200	260	340	400	450	450
Фрукты свежие	100	200	200	260	300	300
Сок фруктовый	160	220	230	250	250	250
Сладкий напиток	5	10	15	15	15	15
Молоко 1 категории, пастеризованное	35	50	60	65	70	70
Рыба*	190	290	350	400	435	435
Яйцо*	-	45	80	95	105	105
Масло растительное	1/2 шт.	1 шт.	1 шт.	1 шт.	1 шт.	1 шт.
	20	40	50	55	60	60

* не рекомендуется при симптомах пищевой аллергии

Содержание лактозы в различных молочных продуктах

Продукт	Содержание лактозы, %
Молоко:	
Жирное	6,6-7,0
Коровье	4,6
Козье	4,5
Овечье	4,8
Козье	6,2
Ослиный	6,2
Кисломолочные продукты	
Дрожжевая	4,1
Йогурт*	3,4-4,1
Ацидофильный	4,3
Кефир	4,8
Сметана*	3,2
Творог*	4,8-5,8
Сыры	
Пастеризованный**	20-28
Сливочный	2,9
Масло	

Вяленый	Томаты, морковь, кабачки, зеленый лук
вишней А	печень, молочные продукты, морковь, облепиха, смородина
листвен	красный Грейпфрут, томаты, морковь
листвен, лезжанты	брюссель
Вариантосентин	цитрусовые
биофлавоноиды	фрукты (особенно цитрусовые), ягоды (яблоки, облепиха, смородина, рябина), чай (особенно зеленый), лук

Содержание питательных веществ (ПВ) в продуктах питания, разрешенных для больных целиакией (г/100 г продукта)

Продукт	ПВ	Продукт	ПВ
Зерновые		Сухофрукты, орехи	
пшено	5	миндаль	14
неочищенный рис	5	маком	7
гречка	3,4		
Бобовые			
горох	23		
чечевица	12	Сладкие фрукты, ягоды	
фасоль	10	малына	8
зеленый горошек	6,1	яблоки	3
Овощи		груши	3
морковь	3,4	кабачки	2
свекла	3		
тыква	1,7		
кабачок	1,6		
картофель	1,4		
томаты	1,2		

Рекомендуемые наборы продуктов по приемам пищи для организации питания, детей с целиакией (безглютеновая диета) (метро, в г, мл, на 1 ребенка в сутки)

[illegible]

