

Согласовано:

Д.А. Кельдышев

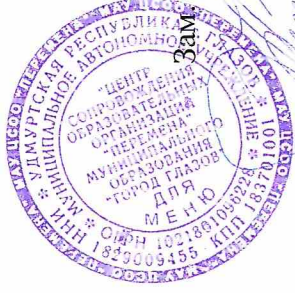


УТВЕРЖДАЮ:

Зам. директора по производству

МАУ ЦСО «Перемена»

Н.А.Касимова



Примерное 12-дневное меню горячих завтраков, обедов для организации питания детей с сахарным диабетом в возрасте 7-11 лет в школьных столовых города Глазова.

Меню составлено согласно Единому Сборнику технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для школ, детских оздоровительных учреждений. Издание 4-е, дополненное и исправленное, 2021г

г. Глазов 2024

2 День вторник. Возраст 7-11 СД

№ сб/р	Блюдо	Выход (гр.)	Содержание в расчете на 1 порцию												
			Белки	Жиры	Углеводы	К.калории	вит.А мг.	вит.В1 мг.	вит.В2 мг.	вит.С мг.	Са (кальций) мг.	Fe (железо) мг.	Йод мг.	Mg (магний) мг.	P (фосфор) мг.
337/2004	Яйцо вареное	48	6,10	5,52	0,34	75,36	0,11544	0,03232	0,20317	0,00000	38,19140	1,18230	0,03848	8,35016	89,37942
374/2021	Котлеты, рубленые из птицы с молочным соусом	100	16,74	17,75	10,76	267,74	10,40499	0,10124	0,12713	1,84704	50,88788	1,25792	0,04618	26,92060	116,45010
224/2004	Рагу из овощей	150	3,09	6,11	15,64	129,89	0,53602	0,12372	0,09242	29,90151	39,06730	1,27692	0,04588	33,09164	74,67737
684/2004	Чай без сахара	200	0,00	0,00	0,00	0,02	0,00000	0,00001	0,00019	0,00192	7,98364	0,01578	0,00000	1,81626	0,15873
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,80	0,40	18,00	82,40	0,00000	0,06542	0,03078	0,00000	11,15920	1,50072	0,00000	18,08560	38,48000
ИТОГО за Завтрак			28,73	29,78	44,74	555,41	11,05645	0,32271	0,45369	31,75047	147,28942	5,23364	0,13054	88,26426	319,14562
26/2021	Салат из свежкы отварной	100	1,44	6,04	8,45	92,24	0,00000	0,01847	0,03694	9,23520	34,41074	1,29990	0,00962	39,76427	39,89174
95/2021	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200/10	1,88	5,60	9,00	93,85	9,81286	0,05504	0,05948	17,73413	43,68442	1,03638	0,03930	28,65798	47,11876
389/2004	Котлета рыбная паровая	100	14,11	2,17	8,97	109,92	7,70562	0,11237	0,10043	0,38480	37,46028	0,92449	0,03848	48,83112	92,41934
512/2004	Рис припущенный с овощами	180	4,46	5,76	45,88	242,74	0,33501	0,06195	0,04308	2,78596	19,34557	1,28900	0,06118	21,33245	74,42523
638/2004	Комлот мя курати без сахара	200	1,04	0,06	11,06	50,83	0,00000	0,01924	0,03848	0,83194	27,24673	1,46224	0,00000	20,99757	19,24000
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	50	3,50	0,50	22,50	103,00	0,00000	0,08177	0,03848	0,00000	13,94900	1,87590	0,00000	22,60700	48,10000
82/2021	Рблико	130	0,52	0,00	14,69	59,80	0,00000	0,01251	0,00375	16,25780	20,00960	2,75132	0,00000	11,25540	13,75660
ИТОГО за Обед			26,95	20,13	120,55	752,38	17,85349	0,36135	0,32064	47,22983	196,10634	10,63923	0,14858	193,44579	334,95167
ВСЕГО			55,68	49,91	165,29	1307,79	17,85349	0,36135	0,32064	47,22983	196,10634	10,63923	0,14858	193,44579	334,95167

5 день пятница. Возраст 7-11 СД

№ сб/р	Блюдо	Выход (гр.)	Содержание в расчете на 1 порцию					Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.	Содержание, мг.
			Белки	Жиры	Углеводы	К.калории	Вит.А						
85/2004	Салат из кукурузы с яйцом и луком	60	1,77	6,81	6,71	94,38	вит.В1	вит.В2	Содержание, мг. Са (кальций)	Содержание, мг. Fe (железо)	Содержание, мг. I (иод)	Содержание, мг. Mg (магний)	Содержание, мг. P (фосфор)
466/2004	Котлета из говядины паровая	100	13,99	14,16	9,00	185,56	0,00693	0,02655	5,25252	0,19845	0,01154	1,56421	14,64645
104/2013	Котлета из говяжьей фаршированная с овощами и маслом	150/5	4,36	4,13	33,53	181,21	0,01924	0,13160	13,58536	1,09573	0,03848	25,08704	87,01290
630/1996	Каша перловая рассыпчатая с маслом	200	1,50	1,25	2,35	26,52	0,40885	0,04365	27,74216	1,64877	0,03848	47,99225	54,98792
575/2021	Чай с молоком без сахара	40	2,80	0,40	18,00	82,40	0,01925	0,07234	54,11154	0,06388	0,00000	8,11736	43,44873
	Хлеб ржано-пшеничный		24,42	26,75	69,59	570,07	0,00000	0,03078	11,15920	1,50072	0,00000	18,08560	38,48000
ИТОГО за Завтрак							10,06252	0,30492	111,85078	4,50795	0,08850	100,84646	238,57600
42/2021	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,25	3,49	7,05	67,04	0,05908	0,03166	8,34400	0,45936	0,00739	11,66233	32,51454
104/2021	Щи из св. капусты с картофелем со сметаной	200/8	1,36	5,30	6,24	78,14	7,69669	0,04242	32,62334	0,64049	0,03972	13,37180	31,10531
366/2021	Птица отварная	100	23,62	20,29	0,33	278,84	4,84348	0,09774	14,98796	1,81144	0,11544	30,26452	125,60334
516/2004	Макаронные изделия овальные	130	6,43	5,12	46,11	244,89	0,10009	0,05316	27,17582	0,74651	0,03848	12,99258	53,09374
705/2004	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	0,68	0,00	4,30	22,00	0,00000	0,00000	7,88840	0,00000	0,00000	1,73160	0,00000
575/2021	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,80	0,40	18,00	82,40	0,00000	0,03078	11,15920	1,50072	0,00000	18,08560	38,48000
ИТОГО за Обед							12,57644	0,38716	102,37872	5,15852	0,20103	88,10843	280,80193
ВСЕГО			60,56	61,35	151,62	1343,38							

