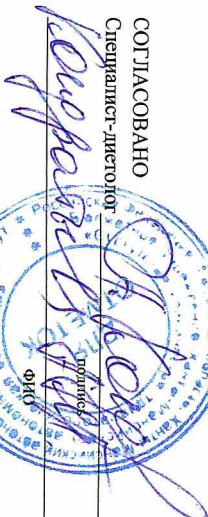


СОГЛАСОВАНО
Специалист-диетолог
подпись: 
ФИО: 

ОСНОВНОЕ
ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (1 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

ПРОВЕРЖАЮ
директор ОУ МУП "Обинат школьного питания"
подпись: 
ФИО: А. Г. Горбаченко


СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ
подпись: _____
ФИО: _____
дата: _____

ОСНОВНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ УЧАЩИХСЯ С 12 ЛЕТ И СТАРШЕ (1 СМЕНА)
С ПОДТВЕРЖДЕННЫМ ДИАГНОЗОМ, САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

Наименование блюда	№ рецеп.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				ХЕ	
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мкг	P3,мкг	T3,мг	B1,мг		C,мг
1 Неделя																
1 День																
Завтрак 12 лет и старше I смена																
Тфтели Детские	ТТК 547	100	8,18	10,97	5,26	151,67	3,04	1,94	4,8	0,09	9,79	66,62	0,11	0	0,24	
Макаронные изделия отварные цветные	ТТК 578	190	7,14	4,97	47,42	262,31	20,62	10,74	59,25	1,1	22,8	25,65	1,02	0,11	0	
Помидор свежий дольками	ТТК 676	50	0,54	0,10	2,55	12,71	6,86	9,8	12,74	0,44	0	66,5	0,35	0,03	12,25	
Чай (б/сахара)	ТТК 953	200	1,70	0,41	0,34	11,79	0	0	0	0,02	0	0	0	0	0	
Фруктовые пастилки	ТТК 1073	15	0,15	0,02	12,45	51,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,07	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Итого за прием		580	19,38	16,72	79,05	543,54	30,52	22,48	76,79	1,65	32,59	158,77	1,48	0,14	12,49	7,91
2 День																
Завтрак 12 лет и старше I смена																
Наггетсы из птицы	ТТК 15	100	12,28	14,79	14,11	239,09	13,68	11,48	95,82	0,99	17,89	52,07	3,91	0,03	0,47	
Каша гречневая раскопчатая	ТТК 571	200	10,23	7,02	55,10	310,45	19,56	161,72	242,98	5,44	24	28,62	0,71	0,35	0	
Напиток каркаде (б/сахара)	ТТК 955	200	0,04	0,00	0,22	0,93	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Груши печёные (б/сахара)	ТТК 1013	70	0,35	0,26	11,46	44,35	16,63	10,5	14	2,01	0	1,75	0,35	0,02	4,38	
Батончик На здоровье пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	ТТК 604	20	1,57	0,59	9,80	51,74	19,89	0	0	0,8	0	0	0	0,09	0	
Итого за прием		590	24,47	22,66	90,69	646,57	69,76	183,70	352,80	9,24	41,89	82,44	4,97	0,49	4,85	9,07
3 День																
Завтрак 12 лет и старше I смена																
Котлета Морское диво	ТТК 561	100	14,50	2,00	15,30	140,00	68,37	29,16	192,22	0,71	18,90	41,91	3,06	0,08	0,82	
Салат из свежей капусты с огурцом	ТТК 678	120	1,70	5,38	25,31	97,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Пюре картофельное	ТТК 589	200	6,20	8,94	44,53	276,60	47,04	34,39	101,78	1,26	16,37	35,17	0,21	0,14	12,46	
Чай с лимоном (б/сахара)	ТТК 956	200	0,23	0,39	9,09	37,80	1,76	0,52	0,96	0,03	0,00	0,10	0,01	0,00	0,80	
Хлеб столичный из ржано-пшеничной муки	ТТК 609	25	1,67	0,25	11,03	54,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием		645	24,30	16,96	105,26	605,60	117,17	64,07	294,96	2,00	35,27	77,18	3,28	0,22	14,08	10,53

[illegible]

Наименование блюда	№ реч.	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)						Витамины					ХЕ
			всего	всего			Са	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг			
2 Недели																		
1 День																		
Завтрак 12 лет и старше 1 смена																		
Чевабичьи мясные	ТТК 28	100	18,32	20,24	0,87	258,00	19,76	31,86	241,54	3,35	22,40	28,80	2,89	0,26	0,32			
Макаронные изделия отварные цветные	ТТК 578	180	6,77	5,36	57,87	253,80	19,53	10,17	56,14	1,04	21,60	24,30	0,97	0,10	0,00			
Помидор свежий дольками	ТТК 676	30	0,32	0,06	14,84	7,62	6,86	9,80	12,74	0,44	0,00	66,50	0,35	0,03	12,25			
Чай (б/сахара)	ТТК 953	180	0,17	0,04	8,21	32,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00			
Батончик На здоровье пшенично-ржаной обогащенный витаминами, железом и кальцием	ТТК 604	20	1,57	0,59	9,80	52,00	13,26	0,00	0,00	0,54	0,00	0,00	0,00	0,06	0,00			
Итого за прием		510	27,15	26,29	91,59	603,82	59,41	51,83	310,42	5,37	44,00	119,60	4,21	0,45	12,57			9,16

