

Индивидуальный предприниматель

Градобоева Светлана Алексеевна

**Примерное десятидневное диабетическое
меню весна-лето
для организации питания детей в
возрасте 11-18 лет**

СОГЛАСОВАНО

Приказ № 354 у от 30.08.2023

Директор МАОУ

“СОШ № 32 им. Г.А. Сборщикова”

г. Пермь

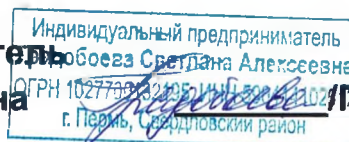


Гликсон А.М.

Утверждаю:

Индивидуальный предприниматель

Градобоева Светлана Алексеевна



Градобоева С.А.

Разработано врачом диетологом-аллергологом.

Сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий 2013 г.

Пермь 2024

Индивидуальный предприниматель
Градובהва Светлана Александровна
ОГРН 5027401821001 ОГРНИД 50041100513
г. Пермь, Свердловский район

"Утверждаю"

Градובהва С.А./

ИП Градובהва С.А.



"Согласовано"

А.М. Гликсон

День 1

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
260/2013	КАША "ДРУЖБА" С МАСЛОМ б/сахара 250	250	6,60	14,40	29,84	275,41	0,13	0,22	1,15	50,0	169,60	185,19	39,96	0,72
100/2013	СЫР ТВЕРДЫЙ /ПОРЦИОННО/	20	5,12	5,22		67,46	0,01	0,08	0,14	42,0	196,00	116,00	10,00	0,14
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/САХАРА	200	0,08	0,01	0,21	1,30			28,01		3,30	2,36	1,28	0,12
112/2013	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
Итого по подменю:			12,62	20,43	66,73	501,41	0,23	0,34	39,30	92,0	395,70	369,75	72,24	4,92

ОБЕД

75/2013	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛ ОГУРЦОМ	100	2,01	6,26	10,22	105,25	0,09	0,05	19,20		21,37	49,42	19,38	0,74
128/2013	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	1,93	6,17	13,14	115,82	0,03	0,05	15,99	7,5	36,23	41,29	20,07	0,94
381/2013	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ 100	100	17,50	19,71	9,40	284,99	0,07	0,14		28,0	13,34	176,40	21,62	2,53
422/2013	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ 180	180	0,05	7,43	0,07	67,29		0,01		36,0	2,49	2,77	0,02	0,02
508/2013	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)	200	0,55	0,03	14,75	61,43	0,01	0,01	0,50		27,75	19,25	7,50	1,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
Итого по подменю:			22,46	40,00	74,46	747,62	0,26	0,28	35,69	71,5	111,98	344,33	80,59	7,47

Итого за день: 0,00 руб. 35,08 60,43 141,19 1249,03 0,49 0,62 74,99 163,5 507,68 714,08 152,83 12,39


Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	14,02	22,21	17,42	18,48
Обед: 30-35 %	24,96	43,48	19,44	27,56
Итого за день: 50-60 %	38,98	65,68	36,86	46,04

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,7 : 4,0

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //



День 2

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
390/2013	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ/НЕЖНЫЕ/С СОУСОМ 100	100/30	14,39	24,01	16,66	340,29	0,09	0,16	3,20	63,1	71,98	186,56	28,43	2,36
237/2013	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	180	10,52	16,35	47,41	378,81	0,36	0,18		66,0	20,52	251,69	165,60	5,58
493/2013	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,02	0,01		0,14			0,01		0,50	0,82	0,44	0,08
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подмену: 25,35 40,77 90,95 832,08 0,51 0,36 3,21 129,1 103,80 494,27 206,47 9,76

ОБЕД

59/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ 100	100	1,38	10,08	8,07	128,55	0,02	0,04	9,05		34,57	39,48	19,97	1,27
134/2013	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,44	7,45	17,81	148,50	0,02	0,02	1,78	15,0	16,70	25,60	9,90	0,27
332/2013	РЫБА ОТВАРНАЯ	100	25,08	7,94	0,40	173,36	0,25	0,20	1,50	36,6	26,22	27,42	37,91	0,77
426/2013	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 180	180	3,60	7,40	29,11	197,42	0,22	0,13	35,64	32,4	19,76	105,79	40,99	1,62
507/2013	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК /БЕЗ САХАРА/	200	0,16	0,16	3,92	17,76	0,01	0,01	4,00		6,40	4,40	3,60	0,88
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подмену: 33,08 33,43 86,19 778,43 0,58 0,42 51,97 84,0 114,45 257,89 124,37 6,55

Итого за день: 0,00 руб. 58,43 74,20 177,14 1610,51 1,09 0,78 55,18 213,1 218,25 752,16 330,84 16,31

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	28,17	44,32	23,75	30,67
Обед: 30-35 %	36,76	36,34	22,50	28,69
Итого за день: 50-60 %	64,92	80,65	46,25	59,36

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,3 : 3,0

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //



"Утверждаю"

Градобоева С.А./



ИП Градобоева С.А.

День 3

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
115/2013	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПРОМ.ПРОИЗВОДСТВА 100	100	1,30	4,90	5,00	69,30									
377/2013	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ НА РАСТ.МАСЛЕ250	250	30,80	36,29	33,65	584,40	0,34	0,38	41,25	12,5	36,44	392,77	78,87	5,77	
519/2013	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА /БЕЗ САХАРА/	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00		12,00	3,40	3,40	0,60	
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87	
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87	

Итого по подменю: 33,20 41,87 75,19 810,42 0,41 0,46 241,25 12,5 59,24 451,37 94,27 8,11

ОБЕД

48/2013	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,60	10,09	3,25	110,21	0,02	0,02	25,30		41,98	31,11	14,36	0,57
131/2013	СУП СВЕКОЛЬНИК	250	2,40	4,90	17,62	124,29	0,03	0,05	11,50	23,7	45,76	48,12	23,12	1,24
404/2013	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,08	26,30	0,43	342,76	0,13	0,22	3,28	57,1	32,69	234,09	29,29	1,99
423/2013	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 180	180	4,66	6,93	20,21	161,88	0,10	0,12	93,15	32,4	103,10	85,02	43,45	1,69
508/2013	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ б/сах	200	0,55	0,03	14,75	61,43	0,01	0,01	0,50		27,75	19,25	7,50	1,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 35,71 48,65 83,14 913,41 0,35 0,44 133,73 113,3 262,08 472,79 129,72 8,73

Итого за день: 0,00 руб. 68,91 90,52 158,33 1723,83 0,76 0,90 374,98 125,8 321,32 924,16 223,99 16,84

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	36,89	45,51	19,63	29,87
Обед: 30-35 %	39,68	52,88	21,71	33,67
Итого за день: 50-60 %	76,57	98,39	41,34	63,54

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,3 : 2,3

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //

Индивидуальный предприниматель
Градобоева Светлана
ОГРН 5025000000000000000
с. Пермь, Свердловской области

"Утверждаю"

Градобоева С.А./



ИП Градобоева С.А.

День 4

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
100/2013	СЫР ТВЕРДЫЙ /ПОРЦИОННО/	20	5,12	5,22		67,46	0,01	0,08	0,14	42,0	196,00	116,00	10,00	0,14
247/2013	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ ВЯЗКАЯ б/сах	250	10,68	17,16	40,59	359,53	0,30	0,28	1,24	50,0	208,53	315,53	91,80	2,17
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/САХАРА	200	0,08	0,01	0,21	1,30			28,01		3,30	2,36	1,28	0,12
112/2013	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20Г	20	0,14	0,14	8,96	37,61	0,02	0,01			3,60	18,40	4,00	0,58
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
Итого по подменю:			16,63	23,13	73,00	566,72	0,39	0,40	39,39	92,0	432,83	490,89	122,08	6,08

ОБЕД

76/2013	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	100	1,79	10,19	8,24	132,50	0,03	0,03	14,00		34,20	37,35	18,20	0,76
142/2013	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	2,27	8,20	9,74	121,81	0,03	0,05	25,17	22,5	50,56	39,10	16,09	0,60
411/2013	КНЕЛИ ИЗ КУР С РИСОМ	100	17,81	20,82	7,18	287,31	0,09	0,15	1,88	53,6	25,90	167,65	23,12	1,41
237/2013	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	180	10,52	16,35	47,41	378,81	0,36	0,18		66,0	20,52	251,69	165,60	5,58
508/2013	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)	200	0,55	0,03	14,75	61,43	0,01	0,01	0,50		27,75	19,25	7,50	1,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
Итого по подменю:			33,36	55,99	114,20	1094,70	0,58	0,44	41,55	142,1	169,73	570,24	242,51	11,59

Итого за день: 0,00 руб. 49,99 79,12 187,20 1661,42 0,97 0,84 80,94 234,1 602,56 1061,13 364,59 17,67

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	18,48	25,14	19,06	20,89
Обед: 30-35 %	37,07	60,86	29,82	40,35
Итого за день: 50-60 %	55,54	86,00	48,88	61,24

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,6 : 3,7

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //

Индивидуальный предприниматель
Градобоева С.А.
ОГРН 5027200132/06 ИНН 5504140251/2
г. Пермь, Свердловский район

"Утверждаю"

Градобоева С.А./



"Согласовано"

Для

документов

ИП Градобоева С.А.

День 5

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
391/2013	ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ /ДОМАШНИЕ/ 100	100	14,92	14,44	7,40	219,21	0,06	0,11		12,0	11,85	150,07	18,47	2,17
422/2013	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ 180	180	0,05	7,43	0,07	67,29		0,01		36,0	2,49	2,77	0,02	0,02
493/2013	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,02	0,01		0,14			0,01		0,50	0,82	0,44	0,08
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подмену: 15,41 22,28 34,35 399,48 0,12 0,14 0,01 48,0 25,64 208,86 30,93 4,01

ОБЕД

50\2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С РМАСЛОМ	100	1,43	5,09	8,36	84,95	0,02	0,04	9,50		36,25	41,18	20,97	1,34
144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,65	4,81	21,64	152,50	0,17	0,05	1,50	20,0	30,74	78,75	26,64	1,53
407/2013	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	20,89	26,84	21,55	411,53	0,11	0,17	6,94	39,4	20,03	172,70	24,90	1,59
512/2013	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ /БЕЗ САХАРА/	200	1,92	0,11	18,87	84,18	0,04	0,07	1,48		59,20	54,02	38,85	1,18
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подмену: 30,31 37,25 97,30 846,00 0,40 0,35 19,42 59,4 157,02 401,85 123,36 7,38

Итого за день: 0,00 руб. 45,72 59,53 131,65 1245,48 0,52 0,49 19,43 107,4 182,66 610,71 154,29 11,39

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	17,12	24,22	8,97	14,72
Обед: 30-35 %	33,68	40,49	25,40	31,18
Итого за день: 50-60 %	50,80	64,71	34,37	45,91

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,3 : 2,9

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //

Индивидуальный предприниматель
"Утверждаю"
 Градобоева Светлана Александровна
 ИП № 590229181
 Пермь, Свердловский район

Градобоева С.А./

ИП Градобоева С.А.



"Согласовано"

День 6

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
389/2013	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ ПАРОВЫЕ	100	14,49	13,85	9,13	219,05	0,07	0,12	3,30	12,0	27,21	161,59	22,28	2,35
237/2013	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	180	10,52	16,35	47,41	378,81	0,36	0,18		66,0	20,52	251,69	165,60	5,58
493/2013	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,02	0,01		0,14			0,01		0,50	0,82	0,44	0,08
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 25,45 30,61 83,42 710,84 0,49 0,32 3,31 78,0 59,03 469,30 200,32 9,75

ОБЕД

66/2013	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ	100	1,73	5,28	11,83	101,78	0,09	0,05	17,55		18,62	51,36	21,60	0,78
161/13	СУП-ПЮРЕ ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	250	3,05	5,29	13,04	111,98	0,08	0,11	18,59	20,0	76,64	84,90	28,51	0,77
404/2013	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	100	26,08	26,30	0,43	342,76	0,13	0,22	3,28	57,1	32,69	234,09	29,29	1,99
195/2013	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 180	180	3,72	14,08	17,48	211,48	0,12	0,12	43,64	45,9	88,13	98,70	39,86	1,42
508/2013	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)	200	0,55	0,03	14,75	61,43	0,01	0,01	0,50		27,75	19,25	7,50	1,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 35,55 51,38 84,41 942,27 0,49 0,53 83,56 123,0 254,63 543,50 138,76 8,20

Итого за день: 0,00 руб. 61,00 81,99 167,83 1653,11 0,98 0,85 86,87 201,0 313,66 1012,80 339,08 17,95

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	28,28	33,27	21,78	26,20
Обед: 30-35 %	39,50	55,85	22,04	34,73
Итого за день: 50-60 %	67,78	89,12	43,82	60,93

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,3 : 2,8

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //



Градобоева С.А./

ИП Градобоева С.А.



День 7

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
255/2013	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ Б/САХАРА 250	250	9,46	14,48	42,90	339,70	0,06	0,22	1,24	50,0	176,25	134,38	20,63	0,16
501/2013	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК б/сахара	200	2,84	2,51	4,75	52,89	0,04	0,15	0,91		126,85	96,25	15,00	0,10
112/2013	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 13,12 17,79 84,33 549,83 0,19 0,41 12,15 50,0 329,90 296,83 56,63 4,20

ОБЕД

119/2013	ИКРА МОРКОВНАЯ 100	100	1,75	8,10	9,93	119,70	0,07	0,08	10,50		28,07	59,33	36,52	0,93
132/2013	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,50	7,36	15,27	137,79	0,02	0,03	11,28	15,0	27,82	27,28	11,32	0,38
377/2013	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	200	24,69	27,29	27,00	452,71	0,07	0,20		50,0	15,05	221,32	25,14	3,15
519/2013	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА /БЕЗ САХАРА/	200	0,68	0,28	9,66	43,88	0,01	0,06	200,00		12,00	3,40	3,40	0,60
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 30,04 43,43 88,74 866,92 0,23 0,39 221,78 65,0 93,74 366,53 88,38 6,80

Итого за день: 0,00 руб. 43,16 61,22 173,07 1416,75 0,42 0,80 233,93 115,0 423,64 663,36 145,01 11,00

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	14,58	19,34	22,02	20,27
Обед: 30-35 %	33,38	47,21	23,17	31,95
Итого за день: 50-60 %	47,96	66,54	45,19	52,22

Соотношение В : Ж : У = 1 : 1,4 : 4,0

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //

Индивидуальный предприниматель
"Утверждаю"
 Градобоева Светлана,
 ИП Градобоева С.А./
 г.Пермь, Свердловский район

ИП Градобоева С.А.

"Согласовано"
 А.М. Гликсон
 ОГРН 1025900512330
 ИНН 5901000000

День 8

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
410/2013	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ 100	100	16,35	19,37	8,82	275,01	0,10	0,19	1,67	70,8	46,06	166,42	20,44	1,36
422/2013	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ 180	180	0,05	7,43	0,07	67,29		0,01		36,0	2,49	2,77	0,02	0,02
494/2013	ЧАЙ С ЛИМОНОМ Б/САХАРА	200	0,08	0,01	0,21	1,30			28,01		3,30	2,36	1,28	0,12
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20Г	20	0,14	0,14	8,96	37,61	0,02	0,01			3,60	18,40	4,00	0,58
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 16,83 27,15 31,50 437,63 0,15 0,22 29,68 106,8 60,85 217,55 31,74 2,95

ОБЕД

50/2013	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С РИМАСЛОМ	100	1,43	5,09	8,36	84,95	0,02	0,04	9,50		36,25	41,18	20,97	1,34
144/2013	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	250	5,65	4,81	21,64	152,50	0,17	0,05	1,50	20,0	30,74	78,75	26,64	1,53
372/2013	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ (100)	100	8,99	9,07	7,22	146,44	0,05	0,09	27,60	12,0	36,12	105,83	21,78	1,55
237/2013	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 180	180	10,52	16,35	47,41	378,81	0,36	0,18		66,0	20,52	251,69	165,60	5,58
507/2013	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК /БЕЗ САХАРА/	200	0,16	0,16	3,92	17,76	0,01	0,01	4,00		6,40	4,40	3,60	0,88
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 27,17 35,88 115,43 893,30 0,67 0,39 42,60 98,0 140,83 537,05 250,59 12,62

Итого за день: 0,00 руб. 44,00 63,03 146,93 1330,93 0,82 0,61 72,28 204,8 201,68 754,60 282,33 15,57

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	18,70	29,51	8,22	16,13
Обед: 30-35 %	30,19	39,00	30,14	32,93
Итого за день: 50-60 %	48,89	68,51	38,36	49,06

Соотношение В : Ж : У = 1 : 1,4 : 3,3

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //

Индивидуальный предприниматель
"Утверждаю"
 Градобоева Светлана Алексеевна
 ИП Градобоева С.А./
 г. Пермь, Свердловский район

"Согласовано"
 Дзя
 ДОКУМЕНТОВ
 А.М. Гликсон
 ИНН 5902291815

ИП Градобоева С.А.

День 9

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
319/2013	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ Б/САХ 250	250	47,40	18,89	35,90	503,23	0,16	0,61	0,43	90,0	302,32	451,91	66,19	2,05
100/2013	СЫР ТВЕРДЫЙ /ПОРЦИОННО/	20	5,12	5,22		67,46	0,01	0,08	0,14	42,0	196,00	116,00	10,00	0,14
496/2013	КАКАО С МОЛОКОМ (1) б/сахара	200	4,09	3,45	5,98	71,33	0,05	0,19	1,08		155,04	133,65	30,75	0,78
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 57,03 27,96 68,76 754,86 0,28 0,90 1,65 132,0 664,16 756,76 118,94 4,71

ОБЕД

48/2013	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ	100	1,60	10,09	3,25	110,21	0,02	0,02	25,30		41,98	31,11	14,36	0,57
142/2013	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	250/5	0,77	6,12	5,25	79,19		0,01	0,47	7,5	4,87	3,86	0,92	0,04
407/2013	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	240	20,89	26,84	21,55	411,53	0,11	0,17	6,94	39,4	20,03	172,70	24,90	1,59
508/2013	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ (БЕЗ САХАРА)	200	0,55	0,03	14,75	61,43	0,01	0,01	0,50		27,75	19,25	7,50	1,50
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87

Итого по подменю: 24,23 43,48 71,68 775,20 0,20 0,23 33,21 46,9 105,43 282,12 59,68 5,44

Итого за день: 0,00 руб. 81,26 71,44 140,44 1530,06 0,48 1,13 34,86 179,0 769,59 1038,88 178,62 10,15

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой ступени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	63,37	30,39	17,95	27,82
Обед: 30-35 %	26,92	47,26	18,72	28,57
Итого за день: 50-60 %	90,29	77,65	36,67	56,40

Соотношение В : Ж : У = 1 : 0,9 : 1,7

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //

5 111 00 0000000000

УПРАВЛЕНИЕ
VTH LINDSEY

Индивидуальный предприниматель
"Утверждаю"
 Градобоева С.А.
 ОГРН 102730018495 ИНН 590411402513
 г. Пермь, Свердловский район

Градобоева С.А./

ИП Градобоева С.А.



"Согласовано"

А.М. Гликсон

День 10

ПРИМЕРНОЕ ДИАБЕТИЧЕСКОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ 11-18 ЛЕТ

N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калорийн. ккал	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг			
			Б	Ж	У		В1	В2	С	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe

ЗАВТРАК

268/2013	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 250 б/сах	250	7,01	9,77	36,94	263,72	0,09	0,24	1,33	25,0	199,63	201,63	41,93	0,62
100/2013	СЫР ТВЕРДЫЙ /ПОРЦИОННО/	20	5,12	5,22		67,46	0,01	0,08	0,14	42,0	196,00	116,00	10,00	0,14
112/2013	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ.	100	0,40	0,40	9,80	44,40	0,03	0,02	10,00		16,00	11,00	9,00	2,20
493/2013	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	200	0,02	0,01		0,14			0,01		0,50	0,82	0,44	0,08
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20Г	20	0,14	0,14	8,96	37,61	0,02	0,01			3,60	18,40	4,00	0,58
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
Итого по подмену:			12,90	15,74	69,14	469,75	0,18	0,36	11,48	67,0	421,13	375,45	71,37	4,49

ОБЕД

115/2013	ИКРА КАБАЧКОВАЯ ПРОМ.ПРОИЗВОДСТВА 100	100	1,30	4,90	5,00	69,30								
134/2013	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	250/10	2,44	7,45	17,81	148,50	0,02	0,02	1,78	15,0	16,88	25,64	9,91	0,27
412/2013	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ ИЗ КУР ПРИПУЩЕННЫЕ 100	100	15,59	14,41	10,32	233,30	0,10	0,15	1,71	29,6	47,36	155,03	20,56	1,18
422/2013	ОВОЩИ ОТВАРНЫЕ 180	180	0,05	7,43	0,07	67,29		0,01		36,0	2,49	2,77	0,02	0,02
507/2013	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ ИЛИ ЯГОД Б/САХ	200	0,16	0,16	3,92	17,76	0,01	0,01	4,00		6,40	4,40	3,60	0,88
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
109/2013	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30Г	30	0,21	0,20	13,44	56,42	0,03	0,01			5,40	27,60	6,00	0,87
Итого по подмену:			19,96	34,75	64,00	648,99	0,19	0,21	7,49	80,6	83,93	243,04	46,09	4,09

Итого за день: 0,00 руб. 32,86 50,49 133,14 1118,74 0,37 0,57 18,97 147,6 505,06 618,49 117,46 8,58

Выполнение норм в пищевых веществах и энергии питающихся 2-ой степени

Распределение калорийности	Белки, %	Жиры, %	Углеводы, %	Калории, %
Завтрак: 20-25 %	14,33	17,11	18,05	17,31
Обед: 30-35 %	22,18	37,77	16,71	23,92
Итого за день: 50-60 %	36,51	54,88	34,76	41,24

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,5 : 4,1

Директор _____ //

Зав. производством  //

Калькулятор  //