

Утверждаю :

Согласовано :

ООО "Сибстандарт"

А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Суббота							
Неделя 2							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	15,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	70	6,82	2,41	1,52	53,86	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	250	11,48	8,08	40,16	279,42	30,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	10,00
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	3,00
Итого за Завтрак		555	26,01	16,62	59,28	492,52	93,00
Обед							
99/М/СД	Суп из овощей со сметаной 10%, 250/10	260	1,94	4,27	11,2	91,62	23,00
266/М/СД	Бифштекс рубленый из говядины и мяса птицы	100	24,54	10,46	1,14	196,71	35,00
174/И	Овощи запеченные	180	4,86	7,42	24,68	187,06	22,00
349/М/СД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,05	8,62	38,59	10,00
	Хлеб ржаной	90	4,41	0,9	40,32	189	3,00
Итого за Обед		830	36,41	23,10	85,96	702,98	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю:

Согласовано:

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Директор

10-ти дневное меню диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа
Сезон

7-11 лет
осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 1							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур с маслом сливочным, 90/5	95	19,72	10,65	3,08	191,2	43,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	27,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	20,00
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	3,00
Итого за Завтрак		465	30,26	15,65	49,25	464,80	93,00
Обед							
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупа перловая) на курином бульоне	200	5,46	7,98	13,36	147,56	30,00
260/М/СД	Гуляш из баранины	100	17,5	9,4	3,34	168,32	35,00
125/М/ССЖ	Картофель отварной	150	3,12	3,1	25,29	141,79	15,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		700	29,07	21,20	72,12	608,11	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	10,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	150	13,26	5,06	7,34	126,65	35,00
71/М	Подгарнировка из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	6,6	25,00
378/М/СД	Чай с молоком	200	1,88	0,86	2,76	26,72	20,00
	Хлеб ржаной	90	4,41	0,9	40,32	189	3,00
Итого за Завтрак		510	20,02	15,13	51,64	423,77	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 200/10	210	1,59	3,15	7,68	65,93	23,00
322/К/СД	Филе индейки в сырном соусе	100	18,97	10,22	0,95	177,85	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	19,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	13,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Обед		730	30,46	17,53	72,48	578,54	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Среда							
Неделя 1							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	50	4,86	2,29	1,07	43,48	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы	200	7,55	6,71	35,16	231,6	30,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	15,00
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	3,00
Итого за Завтрак		485	20,51	15,57	49,87	423,29	93,00
Обед							
101/М/ССЖ	Суп картофельный с крупой перловой на курином бульоне	200	4,57	5,05	13,73	118,84	25,00
254/М/СД	Печень жареная	90	22,13	6,78	9,61	188,83	30,00
174/М	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	20,63	159,47	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	15,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		700	33,78	19,06	72,97	603,54	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Четверг							
Неделя 1							
Завтрак							
266/М/СД	Бифштекс рубленый	90	17,94	10,52	0,82	170,6	45,00
143/М/СД	Рагу из овощей	150	3,37	3,52	20,82	129,36	35,00
376/М/СД	Чай	200	0,2	0,02	0,07	1,52	10,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Завтрак		510	24,94	14,76	53,07	448,48	93,00
Обед							
106/М/ССЖ	Суп картофельный с рыбными фрикадельками, 180/40	220	8,38	2,91	13,49	114,21	30,00
322/К/ССЖ	Куриное филе в сырном соусе	100	16,86	10,91	0,81	173,65	30,00
125/И	Каша перловая с овощами	150	4,61	2,56	31,07	166,78	20,00
349/М/СД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,05	8,62	38,59	10,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	3,00
Итого за Обед		700	31,98	16,73	67,43	556,23	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Пятница							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	15,00
223/М/СД	Запеканка из творога с соусом ягодным, 120/50	170	25,9	7,68	19,39	256,03	55,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		428	31,62	16,28	50,49	483,51	93,00
Обед							
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	200	8,34	6,12	15,42	150,3	30,00
229/М/СД	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	16,38	8,42	2,45	151,77	35,00
125/М/ССЖ	Картофель отварной	150	3,12	3,1	25,29	141,79	15,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		710	30,94	18,40	73,96	588,66	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 2							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур	90	19,69	6,52	3,04	153,8	35,00
174/И	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	20,63	159,47	35,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		490	29,76	15,55	50,75	469,88	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 200/10	210	1,59	3,15	7,68	65,93	35,00
256/М/СД	Мясо тушеное (говядина)	110	18,65	9,73	2,49	171,79	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	10,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		720	29,54	16,90	68,87	557,12	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							

Неделя 2							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	10,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	150	13,26	5,06	7,34	126,65	45,00
710/М	Поджаренная из зеленого горошка	60	1,86	0,12	3,9	24	25,00
376/М/СД	Чай	200	0,2	0,02	0,07	1,52	10,00
	Хлеб ржаной	90	4,41	0,9	40,32	189	3,00
Итого за Завтрак		510	19,78	14,35	51,71	415,97	93,00
Обед							
104/М/ССЖ	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 180/40	220	10,65	10,02	13,17	185,62	25,00
294/М/СД	Биточки из курицы	100	17,56	2,03	9,25	125,91	35,00
174/М	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	20,63	159,47	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		730	35,29	19,28	72,05	607,40	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8

Среда							
Неделя 2							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	50	4,86	2,29	1,07	43,48	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	8,16	8,21	29,9	226,35	35,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	10,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	3,00
Итого за Завтрак		495	21,22	16,73	53,05	450,07	93,00
Обед							
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	60	1,05	3,13	5,64	55,34	15,00
99/М/СД	Суп из овощей со сметаной 10%, 200/10	210	1,61	4,22	9,08	81,28	25,00
265/М/СД	Плов из перловой крупы с бараниной	240	25,19	13,22	37,51	370,92	35,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	15,00
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	84	3,00
Итого за Обед		750	29,97	21,13	74,07	610,34	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8

Четверг							
Неделя 2							
Завтрак							
266/М/СД	Бифштекс рубленый с соусом сметанно-томатным, 90/20	110	18,25	11,09	1,85	181,3	45,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	25,00
377/М/СД	Чай с лимоном	200	0,26	0,03	0,28	3,9	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		510	27,27	14,92	53,10	459,12	93,00
Обед							
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупя перловая) на курином бульоне	200	5,46	7,98	13,36	147,56	25,00
299/М/СД	Суфле из кур	100	21,95	6,97	3,16	167,76	35,00
143/М/СД	Рагу из овощей	150	3,37	3,52	20,82	129,36	20,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Обед		720	34,75	19,39	76,43	637,12	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8

Пятница							
Неделя 2							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	15,00
223/М/СД	Запеканка из творога с соусом ягодным, 120/50	170	25,9	7,68	19,39	256,03	50,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	25,00

	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Завтрак		438	32,50	16,82	51,01	493,48	93,00
Обед							
88/М/СД	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 10%, 200/10	210	1,77	4,21	7,91	77,19	25,00
232/М/СД	Рыба, запеченная в сметанном соусе	110	19,72	9,13	4,65	180,44	35,00
125/И	Каша перловая с овощами	150	4,61	2,56	31,07	166,78	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	10,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		720	28,71	16,44	68,15	539,81	93,00

Утверждаю

ООО "Сибстандарт"

А.О. Ооржак

Согласовано :

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Пятница							
Неделя 2							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	15,00
223/М/СД	Запеканка из творога с соусом ягодным, 150/50	200	32,34	9,47	23,49	315,30	55,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	20,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Завтрак		478	39,45	18,71	59,59	573,75	93,00
Обед							
88/М/СД	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,16	7,26	9,9	114,28	25,00
232/М/СД	Рыба, запеченная в сметанном соусе	130	23,8	9,75	4,81	203,2	35,00
125/И	Каша перловая с овощами	180	5,52	2,67	37,09	195,68	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		830	34,58	20,32	80,80	649,56	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю :

Согласовано :

ООО "Сибстандарт"

А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа

12-18 лет

Сезон

осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Четверг							
Неделя 2							
Завтрак							
266/М/СД	Бифштекс рубленый с соусом сметанно-томатным, 100/20	120	20,22	12,19	1,9	199,49	45,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	25,00
377/М/СД	Чай с лимоном	200	0,26	0,03	0,28	3,9	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		550	30,50	16,35	58,89	508,15	93,00
Обед							
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупа перловая) на курином бульоне	250	6,82	8,98	16,67	175,3	25,00
299/М/СД	Суфле из кур	100	21,95	6,97	3,16	167,76	35,00
143/М/СД	Рагу из овощей	180	4,07	4,63	25,1	159,43	20,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Обед		810	37,30	21,60	88,50	715,93	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Директор



Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	* Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 2							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	15,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	200	17,64	7,02	9,79	171,2	40,00
710/М	Поджаренная из зеленого горошка	60	1,86	0,12	3,9	24	25,00
376/М/СД	Чай	200	0,2	0,02	0,07	1,52	10,00
	Хлеб ржаной	100	4,9	1	44,8	210	3,00
Итого за Завтрак		570	24,65	16,41	58,64	481,52	93,00
Обед							
104/М/ССЖ	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 200/50	250	12,13	11,14	15,04	209,14	27,00
294/М/СД	Биточки из курицы	100	17,56	2,03	9,25	125,91	33,00
174/М	Овощи запеченные	180	4,86	7,42	24,68	187,06	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	10,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Обед		810	38,63	21,43	86,93	700,51	93,00

Повар _____
Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 2							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур	100	21,95	6,97	3,16	167,76	45,00
174/И	Овощи запеченные	180	4,86	7,42	24,68	187,06	25,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Завтрак		540	33,39	16,93	59,40	532,43	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,09	5,21	10,38	97,35	25,00
256/М/СД	Мясо тушеное (говядина)	120	21,75	10,34	2,56	189,9	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	20,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		820	34,89	20,00	81,83	658,45	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт"

К.О. Ооржак

Директор

12-ти дневное меню диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Суббота							
Неделя 1							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	70	6,82	2,41	1,52	53,86	25,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	250	11,48	8,08	40,16	279,42	35,00
377/М/СД	Чай с лимоном	200	0,26	0,03	0,28	3,9	20,00
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	84	3,00
Итого за Завтрак		575	24,00	15,35	59,88	475,78	93,00
Обед							
88/М/СД	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,16	7,26	9,9	114,28	35,00
320/К/ССЖ	Куриное филе запеченное с маслом сливочным, 100/5	105	27,41	10,8	0,04	214,58	35,00
125/М	Каша перловая с овощами	180	5,52	2,67	37,09	195,68	10,00
349/М/СД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,05	8,62	38,59	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		805	38,69	21,41	82,53	689,13	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт" _____ А.О. Ооржак

Директор _____



Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Пятница							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	15,00
223/М/СД	Запеканка из творога с соусом ягодным, 150/50	200	32,34	9,47	23,49	315,30	55,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	20,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Завтрак		468	38,57	18,17	59,07	563,78	93,00
Обед							
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	250	10,42	7,15	19,28	183,38	30,00
229/М/СД	Рыба, тушенная в томате с овощами	120	19,65	10,43	2,9	184,86	35,00
125/М/ССЖ	Картофель отварной	180	3,73	2,39	30,33	158,18	15,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	10,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Обед		820	37,39	20,83	87,79	692,22	93,00

Повар _____
Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт"

А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Четверг							
Неделя 1							
Завтрак							
266/М/СД	Бифштекс рубленый	100	19,91	11,62	0,9	188,83	45,00
143/М/СД	Рагу из овощей	180	4,07	4,63	25,1	159,43	35,00
376/М/СД	Чай	200	0,2	0,02	0,07	1,52	10,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Завтрак		560	28,10	17,07	61,91	517,78	93,00
Обед							
106/М/ССЖ	Суп картофельный с рыбными фрикадельками. 200/50	250	9,55	3,12	15,36	128,25	30,00
322/К/ССЖ	Куриное филе в сырном соусе	120	20,74	13,54	0,97	214,59	30,00
125/И	Каша перловая с овощами	180	5,52	2,67	37,09	195,68	20,00
349/М/СД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,05	8,62	38,59	10,00
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	84	3,00
Итого за Обед		790	38,43	19,78	79,96	661,11	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт"

А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Среда							
Неделя 1							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	70	6,82	2,41	1,52	53,86	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы	250	9,43	7,35	43,94	280,15	30,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	15,00
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	3,00
Итого за Завтрак		555	24,35	16,33	59,10	482,22	93,00
Обед							
101/М/ССЖ	Суп картофельный с крупой перловой на курином бульоне	250	5,76	6,85	17,17	153,64	25,00
254/М/СД	Печень жареная	100	24,59	7,33	10,94	209,03	30,00
174/И	Овощи запеченные	180	4,86	7,42	24,68	187,06	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	15,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Обед		800	38,80	22,34	86,27	707,13	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт"

А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа

12-18 лет

Сезон

осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	10,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	200	17,64	7,02	9,79	171,2	35,00
71/М	Поджаренная из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	6,6	25,00
378/М/СД	Чай с молоком	200	1,88	0,86	2,76	26,72	20,00
	Хлеб ржаной	100	4,9	1	44,8	210	3,00
Итого за Завтрак		570	24,89	17,19	58,57	489,32	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,09	5,21	10,38	97,35	23,00
322/К/СД	Филе индейки в сырном соусе	120	22,7	12,48	1,13	215,03	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	19,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	13,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Обед		840	36,44	22,28	85,55	698,94	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт"

А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Среда							
Неделя 2							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	70	6,82	2,41	1,52	53,86	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	250	10,2	9,24	37,37	273,7	35,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	10,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	3,00
Итого за Завтрак		565	25,22	17,88	60,97	507,80	93,00
Обед							
99/М/СД	Суп из овощей со сметаной 10%, 250/10	260	1,94	4,27	11,2	91,62	35,00
265/М/СД	Плов из перловой крупы с бараниной	280	29,42	15,95	43,52	436,66	35,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		790	33,97	20,88	81,04	652,08	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа

12-18 лет

Сезон

осенне-зимний

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	10,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	200	17,64	7,02	9,79	171,2	35,00
71/М	Подгарнировка из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	6,6	25,00
378/М/СД	Чай с молоком	200	1,88	0,86	2,76	26,72	20,00
	Хлеб ржаной	100	4,9	1	44,8	210	3,00
Итого за Завтрак		570	24,89	17,19	58,57	489,32	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,09	5,21	10,38	97,35	23,00
322/К/СД	Филе индейки в сырном соусе	120	22,7	12,48	1,13	215,03	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	19,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	13,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Обед		840	36,44	22,28	85,55	698,94	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт"  А.О. Ооржак

Директор 

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	10,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	200	17,64	7,02	9,79	171,2	35,00
71/М	Поджаренная из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	6,6	25,00
378/М/СД	Чай с молоком	200	1,88	0,86	2,76	26,72	20,00
	Хлеб ржаной	100	4,9	1	44,8	210	3,00
Итого за Завтрак		570	24,89	17,19	58,57	489,32	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,09	5,21	10,38	97,35	23,00
322/К/СД	Филе индейки в сырном соусе	120	22,7	12,48	1,13	215,03	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	19,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	13,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Обед		840	36,44	22,28	85,55	698,94	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 12-18 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 1							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур с маслом сливочным, 100/5	105	21,98	11,10	3,20	205,16	43,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	27,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	20,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	3,00
Итого за Завтрак		515	34,27	16,53	59,56	530,56	93,00
Обед							
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупа перловая) на курином бульоне	250	6,82	8,98	16,67	175,3	30,00
260/М/СД	Гуляш из баранины	120	20,68	10,92	4,34	198,75	35,00
125/М/ССЖ	Картофель отварной	180	3,73	2,39	30,33	158,18	15,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		810	34,71	23,11	85,95	703,67	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

Согласовано :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Пятница							
Неделя 2							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	15,00
223/М/СД	Запеканка из творога с соусом ягодным, 120/50	170	25,9	7,68	19,39	256,03	50,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	25,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Завтрак		438	32,50	16,82	51,01	493,48	93,00
Обед							
88/М/СД	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 10%, 200/10	210	1,77	4,21	7,91	77,19	25,00
232/М/СД	Рыба, запеченная в сметанном соусе	110	19,72	9,13	4,65	180,44	35,00
125/И	Каша перловая с овощами	150	4,61	2,56	31,07	166,78	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	10,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		720	28,71	16,44	68,15	539,81	93,00

Повар _____
Фельдшер _____

Утверждаю :

Согласовано :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Четверг							
Неделя 2							
Завтрак							
266/М/СД	Бифштекс рубленый с соусом сметанно-томатным, 90/20	110	18,25	11,09	1,85	181,3	45,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	25,00
377/М/СД	Чай с лимоном	200	0,26	0,03	0,28	3,9	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		510	27,27	14,92	53,10	459,12	93,00
Обед							
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупа перловая) на курином бульоне	200	5,46	7,98	13,36	147,56	25,00
299/М/СД	Суфле из кур	100	21,95	6,97	3,16	167,76	35,00
143/М/СД	Рагу из овощей	150	3,37	3,52	20,82	129,36	20,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Обед		720	34,75	19,39	76,43	637,12	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Согласовано :

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Среда							
Неделя 2							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	50	4,86	2,29	1,07	43,48	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	200	8,16	8,21	29,9	226,35	35,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	10,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	3,00
Итого за Завтрак		495	21,22	16,73	53,05	450,07	93,00
Обед							
67/М/ССЖ	Винегрет овощной	60	1,05	3,13	5,64	55,34	15,00
99/М/СД	Суп из овощей со сметаной 10%, 200/10	210	1,61	4,22	9,08	81,28	25,00
265/М/СД	Плов из перловой крупы с бараниной	240	25,19	13,22	37,51	370,92	35,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	15,00
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	84	3,00
Итого за Обед		750	29,97	21,13	74,07	610,34	93,00

Повар _____
Фельдшер _____

Утверждаю

ООО "Сибстандарт"  А.О. Ооржак

Согласовано :

Директор 

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 2							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	10,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	150	13,26	5,06	7,34	126,65	45,00
710/М	Поджаренная из зеленого горошка	60	1,86	0,12	3,9	24	25,00
376/М/СД	Чай	200	0,2	0,02	0,07	1,52	10,00
	Хлеб ржаной	90	4,41	0,9	40,32	189	3,00
Итого за Завтрак		510	19,78	14,35	51,71	415,97	93,00
Обед							
104/М/ССЖ	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 180/40	220	10,65	10,02	13,17	185,62	25,00
294/М/СД	Биточки из курицы	100	17,56	2,03	9,25	125,91	35,00
174/И	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	20,63	159,47	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		730	35,29	19,28	72,05	607,40	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Согласовано :

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 2							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур	90	19,69	6,52	3,04	153,8	35,00
174/И	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	20,63	159,47	35,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		490	29,76	15,55	50,75	469,88	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 200/10	210	1,59	3,15	7,68	65,93	35,00
256/М/СД	Мясо тушеное (говядина)	110	18,65	9,73	2,49	171,79	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	10,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		720	29,54	16,90	68,87	557,12	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю :

Согласовано :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 2							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур	90	19,69	6,52	3,04	153,8	35,00
174/И	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	20,63	159,47	35,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		490	29,76	15,55	50,75	469,88	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 200/10	210	1,59	3,15	7,68	65,93	35,00
256/М/СД	Мясо тушеное (говядина)	110	18,65	9,73	2,49	171,79	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	10,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		720	29,54	16,90	68,87	557,12	93,00

Повар _____
Фельдшер _____

Утверждаю _____
 ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Согласовано :



Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет
 Сезон осенне-зимний

Пятница							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	15,00
223/М/СД	Запеканка из творога с соусом ягодным, 120/50	170	25,9	7,68	19,39	256,03	55,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		428	31,62	16,28	50,49	483,51	93,00
Обед							
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	200	8,34	6,12	15,42	150,3	30,00
229/М/СД	Рыба, тушенная в томате с овощами	100	16,38	8,42	2,45	151,77	35,00
125/М/ССЖ	Картофель отварной	150	3,12	3,1	25,29	141,79	15,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		710	30,94	18,40	73,96	588,66	93,00

Повар _____
 Фельдшер _____

Утверждаю

ООО "Сибстандарт"

А.О. Ооржак

Согласовано :

Директор

12-ти дневное меню диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа

12-18 лет *

Сезон

осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 1							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур с маслом сливочным, 100/5	105	21,98	11,10	3,20	205,16	43,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	27,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	20,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	3,00
Итого за Завтрак		515	34,27	16,53	59,56	530,56	93,00
Обед							
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупа перловая) на курином бульоне	250	6,82	8,98	16,67	175,3	30,00
260/М/СД	Гуляш из баранины	120	20,68	10,92	4,34	198,75	35,00
125/М/ССЖ	Картофель отварной	180	3,73	2,39	30,33	158,18	15,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		810	34,71	23,11	85,95	703,67	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	10,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	200	17,64	7,02	9,79	171,2	35,00
71/М	Подгарнировка из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	6,6	25,00
378/М/СД	Чай с молоком	200	1,88	0,86	2,76	26,72	20,00
	Хлеб ржаной	100	4,9	1	44,8	210	3,00
Итого за Завтрак		570	24,89	17,19	58,57	489,32	93,00

Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,09	5,21	10,38	97,35	23,00
322/К/СД	Филе индейки в сырном соусе	120	22,7	12,48	1,13	215,03	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	19,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	13,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Обед		840	36,44	22,28	85,55	698,94	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Среда							
Неделя 1							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	70	6,82	2,41	1,52	53,86	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы	250	9,43	7,35	43,94	280,15	30,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	15,00
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	3,00
Итого за Завтрак		555	24,35	16,33	59,10	482,22	93,00

Обед							
101/М/ССЖ	Суп картофельный с крупой перловой на курином бульоне	250	5,76	6,85	17,17	153,64	25,00
254/М/СД	Печень жареная	100	24,59	7,33	10,94	209,03	30,00
174/М	Овощи запеченные	180	4,86	7,42	24,68	187,06	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	15,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Обед		800	38,80	22,34	86,27	707,13	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Четверг							
Неделя 1							
Завтрак							
266/М/СД	Бифштекс рубленый	100	19,91	11,62	0,9	188,83	45,00
143/М/СД	Рагу из овощей	180	4,07	4,63	25,1	159,43	35,00
376/М/СД	Чай	200	0,2	0,02	0,07	1,52	10,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Завтрак		560	28,10	17,07	61,91	517,78	93,00

Обед							
106/М/ССЖ	Суп картофельный с рыбными фрикадельками, 200/50	250	9,55	3,12	15,36	128,25	30,00
322/К/ССЖ	Куриное филе в сырном соусе	120	20,74	13,54	0,97	214,59	30,00
125/М	Каша перловая с овощами	180	5,52	2,67	37,09	195,68	20,00
349/М/СД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,05	8,62	38,59	10,00
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	84	3,00
Итого за Обед		790	38,43	19,78	79,96	661,11	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Пятница							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	15,00

223/М/СД	Запеканка из творога с соусом ягодным, 150/50	200	32,34	9,47	23,49	315,30	55,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	20,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Завтрак		468	38,57	18,17	59,07	563,78	93,00
Обед							
102/М/ССЖ	Суп картофельный с бобовыми (горохом) на курином бульоне	250	10,42	7,15	19,28	183,38	30,00
229/М/СД	Рыба, тушенная в томате с овощами	120	19,65	10,43	2,9	184,86	35,00
125/М/ССЖ	Картофель отварной	180	3,73	2,39	30,33	158,18	15,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	10,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Обед		820	37,39	20,83	87,79	692,22	93,00

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Суббота							
Неделя 1							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	70	6,82	2,41	1,52	53,86	25,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	250	11,48	8,08	40,16	279,42	35,00
377/М/СД	Чай с лимоном	200	0,26	0,03	0,28	3,9	20,00
	Хлеб ржаной	40	1,96	0,4	17,92	84	3,00
Итого за Завтрак		575	24,00	15,35	59,88	475,78	93,00
Обед							
88/М/СД	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,16	7,26	9,9	114,28	35,00
320/К/ССЖ	Куриное филе запеченное с маслом сливочным, 100/5	105	27,41	10,8	0,04	214,58	35,00
125/М	Каша перловая с овощами	180	5,52	2,67	37,09	195,68	10,00
349/М/СД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,05	8,62	38,59	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		805	38,69	21,41	82,53	689,13	93,00

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 2							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур	100	21,95	6,97	3,16	167,76	45,00
174/М	Овощи запеченные	180	4,86	7,42	24,68	187,06	25,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Завтрак		540	33,39	16,93	59,40	532,43	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,09	5,21	10,38	97,35	25,00
256/М/СД	Мясо тушеное (говядина)	120	21,75	10,34	2,56	189,9	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	20,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		820	34,89	20,00	81,83	658,45	93,00

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 2							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	15,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	200	17,64	7,02	9,79	171,2	40,00
710/М	Подгарнировка из зеленого горошка	60	1,86	0,12	3,9	24	25,00
376/М/СД	Чай	200	0,2	0,02	0,07	1,52	10,00
	Хлеб ржаной	100	4,9	1	44,8	210	3,00
Итого за Завтрак		570	24,65	16,41	58,64	481,52	93,00
Обед							

104/М/ССЖ	Суп картофельный с мясными фрикадельками, 200/50	250	12,13	11,14	15,04	209,14	27,00
294/М/СД	Биточки из курицы	100	17,56	2,03	9,25	125,91	33,00
174/И	Овощи запеченные	180	4,86	7,42	24,68	187,06	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	10,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Обед		810	38,63	21,43	86,93	700,51	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Среда							
Неделя 2							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	70	6,82	2,41	1,52	53,86	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев "Геркулес"	250	10,2	9,24	37,37	273,7	35,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	10,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	3,00
Итого за Завтрак		565	25,22	17,88	60,97	507,80	93,00
Обед							
99/М/СД	Суп из овощей со сметаной 10%, 250/10	260	1,94	4,27	11,2	91,62	35,00
265/М/СД	Плов из перловой крупы с бараниной	280	29,42	15,95	43,52	436,66	35,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		790	33,97	20,88	81,04	652,08	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Четверг							
Неделя 2							
Завтрак							
266/М/СД	Бифштекс рубленый с соусом сметанно-томатным, 100/20	120	20,22	12,19	1,9	199,49	45,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,57	3,63	34,28	199,76	25,00
377/М/СД	Чай с лимоном	200	0,26	0,03	0,28	3,9	20,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Завтрак		550	30,50	16,35	58,89	508,15	93,00
Обед							
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупя перловая) на курином бульоне	250	6,82	8,98	16,67	175,3	25,00
299/М/СД	Суфле из кур	100	21,95	6,97	3,16	167,76	35,00
143/М/СД	Рагу из овощей	180	4,07	4,63	25,1	159,43	20,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	80	3,92	0,8	35,84	168	3,00
Итого за Обед		810	37,30	21,60	88,50	715,93	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Пятница							
Неделя 2							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	8	0,04	6,6	0,06	59,84	15,00
223/М/СД	Запеканка из творога с соусом ягодным, 150/50	200	32,34	9,47	23,49	315,30	55,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	20,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Завтрак		478	39,45	18,71	59,59	573,75	93,00
Обед							
88/М/СД	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной 10%, 250/10	260	2,16	7,26	9,9	114,28	25,00
232/М/СД	Рыба, запеченная в сметанном соусе	130	23,8	9,75	4,81	203,2	35,00
125/И	Каша перловая с овощами	180	5,52	2,67	37,09	195,68	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	10,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		830	34,58	20,32	80,80	649,56	93,00

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Суббота							
Неделя 2							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	15,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	70	6,82	2,41	1,52	53,86	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из гречневой крупы	250	11,48	8,08	40,16	279,42	30,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	10,00
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	3,00
Итого за Завтрак		555	26,01	16,62	59,28	492,52	93,00
Обед							
99/М/СД	Суп из овощей со сметаной 10%, 250/10	260	1,94	4,27	11,2	91,62	23,00
266/М/СД	Бифштекс рубленный из говядины и мяса птицы	100	24,54	10,46	1,14	196,71	35,00
174/М	Овощи запеченные	180	4,86	7,42	24,68	187,06	22,00
349/М/СД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,05	8,62	38,59	10,00
	Хлеб ржаной	90	4,41	0,9	40,32	189	3,00
Итого за Обед		830	36,41	23,10	85,96	702,98	93,00

Утверждаю :

ООО "Сибстандарт" *А.О. Сооржак* А.О. Сооржак

Согласовано :

Директор *И.М.В.О.У.*

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Понедельник							
Неделя 1							
Завтрак							
299/М/СД	Суфле из кур с маслом сливочным, 90/5	95	19,72	10,65	3,08	191,2	43,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	27,00
379/М/СД	Напиток кофейный на молоке	200	3,25	1,5	8,64	62,64	20,00
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	3,00
Итого за Завтрак		465	30,26	15,65	49,25	464,80	93,00
Обед							
96/М/ССЖ	Рассольник ленинградский (крупя перловая) на курином бульоне	200	5,46	7,98	13,36	147,56	30,00
260/М/СД	Гуляш из баранины	100	17,5	9,4	3,34	168,32	35,00
125/М/ССЖ	Картофель отварной	150	3,12	3,1	25,29	141,79	15,00
388/М/СД	Напиток из шиповника	200	0,54	0,22	7,73	45,44	10,00
	Хлеб ржаной	50	2,45	0,5	22,4	105	3,00
Итого за Обед		700	29,07	21,20	72,12	608,11	93,00

Повар _____
Фельдшер _____

Утверждаю :

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Согласовано :

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет
Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Вторник							
Неделя 1							
Завтрак							
14/М	Масло сливочное	10	0,05	8,25	0,08	74,8	10,00
214/М/СД	Омлет белковый с морковью	150	13,26	5,06	7,34	126,65	35,00
71/М	Поджаренная из свежих огурцов	60	0,42	0,06	1,14	6,6	25,00
378/М/СД	Чай с молоком	200	1,88	0,86	2,76	26,72	20,00
	Хлеб ржаной	90	4,41	0,9	40,32	189	3,00
Итого за Завтрак		510	20,02	15,13	51,64	423,77	93,00
Обед							
82/М/СД	Борщ из капусты с картофелем со сметаной 10%, 200/10	210	1,59	3,15	7,68	65,93	23,00
322/К/СД	Филе индейки в сырном соусе	100	18,97	10,22	0,95	177,85	35,00
171/М/ССЖ	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,31	3,3	28,57	168,96	19,00
342/М/СД	Компот из свежих яблок	200	0,16	0,16	3,92	18,8	13,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Обед		730	30,46	17,53	72,48	578,54	93,00

Повар _____
Фельдшер _____

Утверждаю

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Согласовано :

Директор

Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Среда							
Неделя 1							
Завтрак							
15/М	Сыр полутвердый	15	3,48	4,43		54,6	10,00
215/М/СД	Омлет белковый паровой	50	4,86	2,29	1,07	43,48	35,00
173/М/СД	Каша вязкая молочная из кукурузной крупы	200	7,55	6,71	35,16	231,6	30,00
382/М/СД	Какао на молоке	200	3,64	1,94	4,68	51,61	15,00
	Хлеб ржаной	20	0,98	0,2	8,96	42	3,00
Итого за Завтрак		485	20,51	15,57	49,87	423,29	93,00
Обед							
101/М/ССЖ	Суп картофельный с крупой перловой на курином бульоне	200	4,57	5,05	13,73	118,84	25,00
254/М/СД	Печень жареная	90	22,13	6,78	9,61	188,83	30,00
174/И	Овощи запеченные	150	3,98	6,59	20,63	159,47	20,00
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,16	0,04	2,12	10,4	15,00
	Хлеб ржаной	60	2,94	0,6	26,88	126	3,00
Итого за Обед		700	33,78	19,06	72,97	603,54	93,00

Повар _____

Фельдшер _____

Утверждаю:

ООО "Сибстандарт" А.О. Ооржак

Согласовано:

Директор



Меню на каждый день диетического питания (сахарный диабет)

Возрастная группа 7-11 лет

Сезон осенне-зимний

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, (гр.)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Цена
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Четверг							
Неделя 1							
Завтрак							
266/М/СД	Бифштекс рубленый	90	17,94	10,52	0,82	170,6	45,00
143/М/СД	Рагу из овощей	150	3,37	3,52	20,82	129,36	35,00
376/М/СД	Чай	200	0,2	0,02	0,07	1,52	10,00
	Хлеб ржаной	70	3,43	0,7	31,36	147	3,00
Итого за Завтрак		510	24,94	14,76	53,07	448,48	93,00
Обед							
106/М/ССЖ	Суп картофельный с рыбными фрикадельками, 180/40	220	8,38	2,91	13,49	114,21	30,00
322/К/ССЖ	Куриное филе в сырном соусе	100	16,86	10,91	0,81	173,65	30,00
125/И	Каша перловая с овощами	150	4,61	2,56	31,07	166,78	20,00
349/М/СД	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,05	8,62	38,59	10,00
	Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	3,00
Итого за Обед		700	31,98	16,73	67,43	556,23	93,00

Повар _____

Фельдшер _____