

Вариант реализации Диетического (лечебного) меню для детей с подтвержденным диагнозом сахарный диабет, обучающихся по программам начального образования в общеобразовательных организациях г. Красноярска

возрастная группа 7-11 лет
 осенне-зимний сезон

№ реч.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe						
Дни/неделя: Понедельник-1															Завтрак						
71М	Подарнировка из свежих овощей (огурцы)	20	0,03	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01	1,40	0,02	3,40	6,00	2,80	0,10							
269М/331 М	Котлеты, биточки особые (свино-говяжьи) с соусом сметанным с томатом, 70/30	100	0,21	23,35	12,73	2,52	218,54	1,79	5,05	0,52	16,87	221,48	28,36	3,18	3,18						
171М/СД	Каша пшеничная рассыпчатая (с маслом без сахара)	150	3,43	6,63	3,62	41,15	223,72	0,18		16,00	1,06	26,05	167,02	36,07	2,84						
377М/СД	Чай с лимоном с сиропом стевии	207	0,02	0,06	0,01	0,26	2,39	0,00	2,90	0,01	7,75	9,78	5,24	0,86							
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,32	2,64	0,48	15,86	79,20	0,07		0,40	11,60	60,00	18,80	1,56							
	Итого за Завтрак	517	5,01	32,83	16,85	60,17	526,05	2,05	9,35	16,52	18,37	270,28	271,16	66,09	8,54						
	Второй завтрак																				
	Фрукты (яблоки)	150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30							
	Итого за Второй завтрак	150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30							

№ рец.	Наименование Дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)					ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	В1	С		А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe						
Обед																					
67М/СД	Винегрет овощной	60	0,34	3,33	5,65	4,14	81,20	0,03	5,10	4,50	1,64	21,25	56,02	20,04	0,61						
88М/СД	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	0,66	1,80	4,67	7,94	81,99	0,05	28,04	10,00	1,50	45,90	37,85	16,00	0,59						
234М	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с соусом сметанным, 90/30	120	1,27	12,14	11,20	15,24	211,15	0,11	0,33	14,16	4,53	41,99	172,70	42,88	1,13						
312М/СД	Картофельное пюре	200	2,46	4,36	4,35	29,56	175,44	0,21	34,58	19,07	0,21	59,87	129,56	44,15	1,63						
349М/СД	Компот из сухофруктов с сиропом стевии	200	0,85	0,78	0,06	10,19	45,40	0,02	0,80		1,10	32,00	29,20	21,00	0,64						
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	87,00	0,10		3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95						
	Итого за Обед	840	7,01	25,71	26,53	84,17	682,17	0,53	68,85	50,73	10,09	218,51	504,33	167,56	6,55						
Полдник																					
	Кефир 2,5%	200	0,67	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20						
	Итого за Полдник	200	0,67	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20						
	Всего за Понедельник-1	1707	13,92	64,94	48,99	167,05	1384,72	2,70	94,61	107,25	28,76	752,78	971,99	275,15	18,59						
День/неделя: Вторник-1																					
Завтрак																					
15М	Сыр порционный	20	0,00	5,20	5,22	0,00	68,80	0,01	0,16	46,00	0,10	200,00	128,00	9,00	0,20						
182М/СД	Каша жидкая молочная из пшённой крупы (с маслом без сахара)	200	2,51	7,27	5,90	30,06	203,25	0,18	0,59	21,90	0,14	135,79	179,77	45,76	1,18						
	Бутерброд с отварными мясными продуктами (говядина) с хлебом ржаном-пшеничным	50	0,86	7,93	5,48	10,26	119,38	0,08	0,00	1,80	0,79	13,38	107,56	21,14	2,03						

№ рец.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)					ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	В1	С		А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe						
378/М/СД	Чай с молоком с сиропом стевии	200	0,20	1,45	1,25	2,41	27,01	0,01	0,40	5,00	64,95	53,24	11,40	0,87							
		30	0,86	1,98	0,36	10,26	49,62	0,06	1,80	0,66	10,50	47,40	14,10	1,17							
Итого за Завтрак		500	4,42	23,83	18,21	52,99	468,06	0,34	1,15	76,50	1,69	424,62	515,97	101,40	5,45						
Второй завтрак																					
	Фрукты (Груши)	150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00	3,45						
Итого за Второй завтрак		150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00	3,45						
Обед																					
63М/СД	Салат из моркови с курагой	60	0,72	0,99	0,07	8,64	40,10	0,04	2,84		0,54	23,64	37,36	26,06	0,56						
97М	Суп картофельный на курином бульоне (грудка)	200	1,34	4,99	3,09	16,05	112,41	0,13	19,65	5,60	1,07	25,08	86,75	28,63	1,20						
288/М/СД /330М/СД	Куры отварные (грудки) с соусом сметанным, 60/30	90	0,16	18,60	5,70	1,88	134,31	0,08	1,95	42,65	0,29	23,97	144,62	17,60	1,18						
125М/СД	Картофель отварной	200	2,67	3,96	4,41	32,01	183,97	0,24	39,20	20,00	0,25	28,16	116,68	45,52	1,83						
473К	Напиток витаминный (сироп стевии)	200	0,76	0,46	0,15	9,13	45,20	0,02	80,00	65,36	0,34	11,20	11,68	4,72	0,48						
	Хлеб ржаной	60	1,71	3,96	0,72	20,52	99,24	0,12	0,00	3,60	1,32	21,00	94,80	28,20	2,34						
Итого за Обед		810	7,35	32,95	14,14	88,23	615,23	0,62	143,64	137,21	3,80	133,05	491,88	150,73	7,59						
Полдник																					
	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20						
Итого за Полдник		200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20						
Всего за Вторник-1		1660	14,04	65,57	35,80	168,47	1267,79	0,99	153,50	233,71	6,09	834,17	1221,85	300,13	16,70						
День/неделя: Среда-1																					
Завтрак																					
	Горошек зеленый	40	0,22	1,24	0,08	2,60	16,00	0,04	4,00	0,00	0,08	8,00	24,80	8,40	0,28						

№ рец.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe		
213М/СД	Омлет (белковый) с картофелем	230	1,72	19,24	13,93	20,63	284,91	0,13	20,66	33,62	3,29	90,57	147,21	43,54	1,27		
ТТКСД	Чай из шиповника с сиропом стевии	200	0,24	0,20	0,08	2,91	17,05	0,01	60,05	49,02	0,23	6,08	5,14	3,22	0,59		
	Хлеб ржано-пшеничный	55	1,82	3,63	0,66	21,80	108,90	0,09	0,00	0,00	0,55	15,95	82,50	25,85	2,15		
	Итого за Завтрак	525	3,99	24,32	14,76	47,94	426,85	0,28	84,71	82,64	4,14	120,59	259,65	81,01	4,29		
				Второй завтрак													
	Фрукты (киви)	150	1,01	1,20	0,60	12,15	70,50	0,03	270,00			60,00		37,50	1,20		
	Итого за Второй завтрак	150	1,01	1,20	0,60	12,15	70,50	0,03	270,00	0,00	0,00	60,00	0,00	37,50	1,20		
				Обед													
51М/СД	Салат из свеклы с курткой и изюмом	60	0,88	1,09	2,09	10,55	65,76	0,02	4,80		1,23	29,82	34,86	17,89	0,98		
	Сул из овощей со сметаной	210	0,77	1,75	4,71	9,23	86,93	0,07	17,04	10,00	1,47	30,00	47,83	18,30	0,67		
245/М/З3 0/М/СД	Бефстроганов из отварной говядины (мука овсяная), 45/45	90	0,32	14,58	13,78	3,88	198,05	0,06	0,80	12,00	0,38	24,40	152,52	21,82	2,12		
171М/СД	Каша гречневая рассыпчатая	160	3,38	8,96	3,79	40,57	231,90	0,31		8,00	0,59	15,84	212,42	142,07	4,77		
349/М/СД	Компот из сухофруктов с сиропом стевии	200	0,85	0,78	0,06	10,19	45,40	0,02	0,80		1,10	32,00	29,20	21,00	0,64		
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95		
	Итого за Обед	770	7,63	30,46	25,03	91,51	710,74	0,58	23,44	33,00	5,86	149,56	555,83	244,58	11,13		
				Полдник													
	Ацидофилин 2,5%	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00		236,00	192,00	32,00	0,20		
	Итого за Полдник	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00	0,00	236,00	192,00	32,00	0,20		

№ рещ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порц ми	ХЕ	Пищевые вещества (г)					ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	В1	С		А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe						
Всего за среда-1		1645	13,32	61,78	45,38	159,79	1309,10	0,94	379,75	155,64	10,01	566,15	1007,47	395,09	16,81						

День/неделя: Четверг-1

Завтрак

224М/СД/ 326М	Запеканка творожная с морковью и йогуртом, 150/30	180	1,42	18,54	15,99	17,02	290,55	0,08	2,03	63,23	2,97	188,15	242,79	39,56	0,99
	Фрукты (мандарины)	150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00		0,30	52,50	25,50	16,50	0,15
	Чай с лимоном с сиропом стевии	207	0,02	0,06	0,01	0,26	2,39	0,00	2,90		0,01	7,75	9,78	5,24	0,86
	Хлеб ржано-пшеничный	55	1,82	3,63	0,66	21,80	108,90	0,09	0,00	0,00	0,55	15,95	82,50	25,85	2,15
	Итого за Завтрак	592	4,19	23,43	16,95	50,34	458,84	0,26	61,93	63,23	3,84	264,35	360,57	87,15	4,15

Второй завтрак

	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20
	Итого за Второй завтрак	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20

Обед

49М/СД	Салат витаминный	60	0,47	0,65	3,14	5,62	54,12	0,02	24,81	0,33	1,39	6,50	12,82	7,62	0,47
96М/СД	Рассольник ленинградский (крута овсяная).	200	1,12	5,11	4,27	13,48	113,41	0,11	13,78	6,00	1,53	25,78	84,33	23,98	1,12
267К/СД/ 380/К/СД	Оладьи из печени с морковью с соусом сметанным 60/40	100	1,11	13,36	10,10	13,35	198,51	0,28	18,92	4638,50	2,37	24,65	218,68	17,25	4,38
312М/СД	Картофельное пюре	200	2,46	4,37	5,32	29,58	184,25	0,21	34,58	24,40	0,23	60,19	129,96	44,15	1,63
350М/СД	Кисель из плодов чёрной смородины с сиропом стевии	200	0,78	0,21	0,04	9,34	35,77	0,01	40,00		0,14	10,80	6,60	6,20	0,26
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95

№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe					
Итого за Обед		810	7,37	27,00	23,47	88,47	668,76	0,73	132,09	4672,23	6,76	145,41	531,39	122,70	9,81					
Полдник																				
	Простоковаша 2,5%	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00		236,00	192,00	32,00	0,20					
	Итого за Полдник	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00	0,00	236,00	192,00	32,00	0,20					
Всего за Четверг-1		1802	13,23	64,43	48,42	158,81	1342,59	1,05	196,82	4795,46	10,59	893,76	1273,96	271,85	14,36					
Пятница-1																				
Завтрак																				
71М	Подготовленная из овощей свежих (огурцы)	20	0,06	0,22	0,04	0,76	4,80	0,01	5,00		0,14	2,80	5,20	4,00	0,18					
320К/СД/ 330М	Куриное филе запеченное с соусом сметанным, 60/40	100	0,23	15,02	11,34	2,80	161,70	1,89	6,73	11,12	7,75	16,83	132,17	14,55	0,70					
171М/СД	Каша пшеничная рассыпчатая (с маслом без сахара)	150	3,43	6,63	3,62	41,15	223,72	0,18		16,00	1,06	26,05	167,02	36,07	2,84					
ТТК/СД	Чай из шиповника с сиропом стевии	200	0,24	0,20	0,08	2,91	17,05	0,01	60,05	49,02	0,23	6,08	5,14	3,22	0,59					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,32	2,64	0,48	15,86	79,20	0,07			0,40	11,60	60,00	18,80	1,56					
Итого за Завтрак		510	5,29	24,71	15,56	63,47	486,47	2,16	71,78	76,14	9,58	63,35	369,54	76,63	5,86					
Второй завтрак																				
	Фрукты (яблоки)	150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30					
Итого за Второй завтрак		150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30					
Обед																				
94К/СД	Салат "Мозаика"	60	0,51	1,72	3,83	6,08	65,88	0,05	6,90	15,00	1,47	12,72	41,00	15,07	0,57					

№ рец.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	Y		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
104М	Супл картофельный с мясными фрикадельками	200	1,24	8,17	7,71	14,87	161,95	0,13	18,38	5,60	1,18	18,01	122,77	31,24	1,83					
232М/СД/ 330М/СД	Рыба запеченная в сметанном соусе (треска), 60/50	110	0,32	13,37	7,90	3,84	140,16	0,08	2,03	52,32	0,76	35,41	178,38	26,06	0,52					
171М/СД	Каша перловая рассыпчатая (с маслом без сахара)	170	2,96	4,97	4,21	35,52	200,00	0,06		20,00	0,63	22,57	172,94	21,27	0,97					
342М/СД	Компот из вишни с сиропом стевии	200	0,49	0,48	0,08	5,85	26,80	0,01	6,00		0,12	14,80	12,00	10,40	0,20					
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95					
	Итого за Обед	790	6,94	32,01	24,33	83,26	677,49	0,44	33,31	95,92	5,25	121,02	606,09	127,55	6,04					
				Полдник																
	Кефир (2,5%)	200	0,67	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20					
	Итого за Полдник	200	0,67	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20					
	Всего за пятница-1	1650	14,12	63,12	45,49	169,43	1340,46	2,72	121,49	212,06	15,13	448,37	1172,12	245,68	15,40					
	Дни/неделя: Понедельник-2																			
	Завтрак																			
71М	Подгариновка из овощей свежих (огурцы)	20	0,03	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01	1,40		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10					
260М/СД	Гуляш из говядины (мука овсяная), 45/45	90	0,29	13,88	14,90	3,47	203,76	0,07	4,05		1,94	10,94	145,25	20,70	2,17					
171М/СД	Каша гречневая рассыпчатая	150	3,17	8,40	3,56	38,03	217,40	0,29	0,00	7,50	0,55	14,85	199,14	133,19	4,47					
377М/СД	Чай с лимонном с сиропом стевии	207	0,02	0,06	0,01	0,26	2,39	0,00	2,90		0,01	7,75	9,78	5,24	0,86					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,32	2,64	0,48	15,86	79,20	0,07			0,40	11,60	60,00	18,80	1,56					

№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	ЭЦ		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Итого за Завтрак		507	4,83	25,13	18,96	58,00	504,96	0,44	8,35	7,50	2,93	48,54	420,17	180,73	9,17					
		Второй завтрак																		
	Фрукты (мандарины)	150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00		0,30	52,50	25,50	16,50	0,15					
	Итого за Второй завтрак	150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00	0,00	0,30	52,50	25,50	16,50	0,15					
		Обед																		
36М	Салат картофельный с сельдью	60	0,61	3,02	2,23	7,34	61,73	0,06	9,00	3,60	0,26	15,22	56,02	19,07	0,60					
82М/СД	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	210	0,88	1,87	4,63	10,53	92,28	0,05	17,99	10,00	1,52	39,92	48,34	21,72	1,01					
288М/331 М	Куры отварные с соусом томатно/сметанным, 60/30	90	0,19	18,69	5,57	2,26	135,23	1,45	6,97	34,45	5,31	21,83	141,54	16,94	1,25					
125М/СД	Картофель отварной	200	2,67	3,96	4,41	32,01	183,97	0,24	39,20	20,00	0,25	28,16	116,68	45,52	1,83					
349М/СД	Компот из сухофруктов с сиропом стевии	200	0,85	0,78	0,06	10,19	45,40	0,02	0,80		1,10	32,00	29,20	21,00	0,64					
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95					
	Итого за Обед	810	6,62	31,62	17,50	79,43	601,30	1,91	73,96	71,05	9,54	154,63	470,78	147,75	7,27					
		Полдник																		
	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20					
	Итого за Полдник	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20					
	Всего за Понедельник-2	1667	13,37	66,15	39,77	160,48	1277,26	2,44	140,51	98,55	12,76	503,67	1106,45	374,98	16,79					
		День/неделя: Вторник-2																		
		Завтрак																		
15М	Сыр порционный	20	0,00	5,20	5,22	0,00	68,80	0,01	0,16	46,00	0,10	200,00	128,00	9,00	0,20					

№ рещ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	Y		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe				
182М/СД	Каша жидкая молочная из овсяной крупы (сироп стевии)	200	2,31	7,39	6,51	27,70	226,59	0,19	0,57	36,13	0,48	139,52	210,65	24,37	1,49					
	Бутерброд с отварными мясными продуктами (говядина) с хлебом ржано-пшеничным	50	0,86	7,93	5,48	10,26	119,38	0,08	0,00	1,80	0,79	13,38	107,56	21,14	2,03					
	Хлеб ржано-пшеничный	30	0,86	1,98	0,36	10,26	49,62	0,06		1,80	0,66	10,50	47,40	14,10	1,17					
378М/СД	Чай с молоком с сиропом стевии	200	0,20	1,45	1,25	2,41	27,01	0,01	0,40	5,00		64,95	53,24	11,40	0,87					
	Итого за Завтрак	500	4,22	23,95	18,82	50,63	491,41	0,34	1,13	90,73	2,03	428,35	546,85	80,01	5,76					
				Второй завтрак																
	Фрукты (Груши)	150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50		0,60	28,50	24,00	18,00	3,45					
	Итого за Второй завтрак	150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00	3,45					
				Обед																
46М	Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,57	0,77	3,10	6,90	59,42	0,02	14,50		1,42	20,52	17,77	9,81	0,60					
98М	Суп крестьянский с крутой (пшено) на курином бульоне (грудки)	200	0,70	4,90	5,06	8,45	99,62	0,07	16,51	6,40	1,92	31,79	66,48	20,20	0,86					
281М/330 М	Биточек мясной (говядина) с соусом сметанным, 60/40	100	0,59	9,65	10,98	7,12	166,18	0,05	0,04	23,00	0,34	19,74	99,28	14,19	1,44					
216К/СД	Пюре из бобовых с картофелем	150	2,27	11,08	4,29	27,23	192,16	0,39	7,34	18,30	0,37	87,82	182,46	56,88	3,27					
473К/СД	Напиток витаминный (сироп стевии)	200	0,76	0,46	0,15	9,13	45,20	0,02	80,00	65,36	0,34	11,20	11,68	4,72	0,48					

№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)					ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)						
				Б	Ж	У	В1	С		А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe								
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95								
	Итого за Обед	760	6,33	30,16	24,19	75,92	645,27	0,64	118,39	116,06	5,50	188,57	456,67	129,30	8,60								
				Полдник																			
	Ацидофиллин 2,5%	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00		236,00	192,00	32,00	0,20								
	Итого за Полдник	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00	0,00	236,00	192,00	32,00	0,20								
	Всего за Вторник-2	1610	12,52	60,51	48,46	150,20	1308,18	1,08	128,62	246,79	8,12	881,42	1219,52	259,31	18,01								
	День/неделя: Среда-2																						
				Завтрак																			
71М	Подфаршировка из овощей свежих (огурцы)	20	0,03	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01	1,40		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10								
234М/СД	Котлеты или биточки рыбные(горбуша) с соусом сметанным, 70/30	100	1,13	12,41	12,11	13,53	213,30	0,14	0,57	24,12	4,10	48,41	136,03	25,14	0,84								
171М/СД	Каша перловая рассыпчатая (с маслом без сахара)	150	2,61	4,38	3,71	31,34	176,47	0,06	0,00	17,65	0,56	19,92	152,60	18,77	0,86								
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,32	2,64	0,48	15,86	79,20	0,07			0,40	11,60	60,00	18,80	1,56								
ТТК/СД	Чай из шиповника с сиропом стевии	200	0,24	0,20	0,08	2,91	17,05	0,01	60,05	49,02	0,23	6,08	5,14	3,22	0,59								
	Итого за Завтрак	510	5,33	19,78	16,41	64,02	488,21	0,27	62,02	90,78	5,31	89,40	359,76	68,73	3,95								
				Второй завтрак																			
0	Фрукты (киви)	150	1,01	1,20	0,60	12,15	70,50	0,03	270,00			60,00		37,50	1,20								
	Итого за Второй завтрак	150	1,01	1,20	0,60	12,15	70,50	0,03	270,00	0,00	0,00	60,00	0,00	37,50	1,20								
				Обед																			
85К/СД	Салат из свеклы с черносливом орехами	60	0,68	2,05	7,34	8,21	107,57	0,04	5,26		3,07	33,59	51,18	29,50	0,98								

№ рец.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	ЭЦ		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe		
88М/СД	Шри из свежей капуста с картофелем со сметаной	210	0,66	1,80	4,67	7,94	81,99	0,05	28,04	10,00	1,50	45,90	37,85	16,00	0,59			
161К/331 М/СД	Запеканка картофельная с мясом отварным с соусом томатно/сметанным, 170/30	200	2,69	17,21	15,34	32,30	336,80	1,62	37,35	13,65	5,65	42,73	238,14	55,77	3,69			
350М/СД	Кисель из плодов чёрной смородины с сиропом стевии	200	0,78	0,21	0,04	9,34	35,77	0,01	40,00		0,14	10,80	6,60	6,20	0,26			
		50	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95			
	Итого за Обед	720	6,24	24,57	27,99	74,90	644,84	1,81	110,65	26,65	11,46	150,52	412,77	130,97	7,46			
Полдник																		
	Простокваша 2,5%	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00		236,00	192,00	32,00	0,20			
	Итого за Полдник	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00	0,00	236,00	192,00	32,00	0,20			
	Всего за Среда-2	1580	13,27	51,35	50,00	159,26	1304,55	2,17	444,26	157,43	16,78	535,92	964,53	269,20	12,81			
День/неделя: Четверг-2																		
Завтрак																		
15М	Сыр порционный	15	0,00	3,90	3,92		51,60	0,01	0,12	34,50	0,08	150,00	96,00	6,75	0,15			
225 М	Оладьи из творога (5%) с соусом абрикосовым, 140/30	170	1,65	19,74	12,45	19,82	273,97	0,04	0,61	54,59	2,67	153,60	199,76	23,79	0,69			
		100	0,82	0,40	0,40	9,80	47,00	0,03	10,00	0,00	0,20	16,00	11,00	9,00	2,20			
377М/СД	Чай с лимоном с сиропом стевии	207	0,02	0,06	0,01	0,26	2,39	0,00	2,90		0,01	7,75	9,78	5,24	0,86			
		50	1,65	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,50	14,50	75,00	23,50	1,95			
	Итого за Завтрак	542	4,14	27,40	17,37	49,71	473,96	0,17	13,63	89,09	3,46	341,85	391,54	68,28	5,85			

№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)					Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	ЭЦ (ккал)	В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe								
Второй завтрак																							
	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20								
Итого за Второй завтрак		200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20								
Обед																							
66М/СД	Салат из моркови с изюмом	60	0,85	0,77	0,07	10,16	45,72	0,04	3,70		0,23	17,90	33,32	21,04	0,50								
102М/СД	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	1,31	7,69	4,14	15,76	131,51	0,20	9,85	5,60	1,57	37,85	110,84	34,44	1,84								
326К/331 М	Нагетсы куриные с соусом томатно/сметанным, 70/30	100	0,98	16,46	12,11	11,71	223,07	1,46	6,33	77,63	5,63	24,67	136,14	19,60	1,55								
312М	Картофельное пюре	150	1,86	3,29	5,42	22,32	151,63	0,16	26,13	26,20	0,19	48,20	98,50	33,42	1,26								
357М/СД	Кисель из плодов шиповника с заменителем сахара	200	0,97	0,28	0,11	11,69	54,02	0,01	80,00	65,36	0,30	8,80	1,36	1,36	0,24								
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95								
Итого за Обед		760	7,40	31,78	22,46	88,75	688,66	1,97	126,01	177,79	9,02	154,91	459,15	133,35	7,34								
Полдник																							
	Фрукты (Мандарин)	150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00	0,00	0,30	52,50	25,50	16,50	0,15								
Итого за Полдник		150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00	0,00	0,30	52,50	25,50	16,50	0,15								
Всего за Четверг-2		1652	13,46	68,58	43,13	161,50	1333,62	2,23	197,85	286,88	12,78	797,26	1066,19	248,14	13,54								
День/неделя: Пятница-2																							
Завтрак																							
71М	Подгариновка из овощей свежих (отурцы)	20	0,03	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01	1,40		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10								

№ рещ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У	ЭЦ		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
294М/330 М/СД	Котлеты рубленые из птицы (грудка) с соусом сметанным, 60/40	100	1,01	12,46	8,46	12,07	175,70	0,09	1,07	31,28	1,99	46,32	130,87	23,07	1,57					
143М/СД	Рагу из овощей (мука овсяная)	200	1,73	3,61	4,88	20,72	142,71	0,14	37,51	10,67	1,49	54,18	93,80	40,70	1,38					
378М/СД	Чай с молоком с сиропом стевии	200	0,20	1,45	1,25	2,41	27,01	0,01	0,40	5,00		64,95	53,24	11,40	0,87					
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,32	2,64	0,48	15,86	79,20	0,07			0,40	11,60	60,00	18,80	1,56					
Итого за Завтрак		560	4,29	20,30	15,09	51,44	426,82	0,31	40,38	46,95	3,89	180,45	343,91	96,76	5,48					
Второй завтрак																				
	Фрукты (яблоки)	150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30					
Итого за Второй завтрак		150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30					
Обед																				
109К	Салат фруктовый	60	0,42	0,79	0,34	5,06	28,92	0,01	30,67	1,20	0,10	27,96	17,40	8,88	0,68					
150К	Суп рыбный	200	1,30	6,76	6,27	15,61	152,58	0,11	12,20		0,14	14,75	61,50	24,83	0,86					
244М	Плов из отварной говядины ГОСТ (из перловой крупы)	180	2,37	23,36	13,61	28,41	329,90	0,12	1,18	0,00	2,38	33,59	323,74	43,24	3,51					
342М/СД	Компот из вишни с сиропом стевии	200	0,49	0,48	0,08	5,85	26,80	0,01	6,00		0,12	14,80	12,00	10,40	0,20					
	Хлеб ржаной	60	1,71	3,96	0,72	20,52	99,24	0,12	0,00	3,60	1,32	21,00	94,80	28,20	2,34					
Итого за Обед		700	6,29	35,35	21,02	75,44	637,44	0,37	50,05	4,80	4,06	112,10	509,44	115,55	7,59					
Полдник																				
	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20					
Итого за Полдник		200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20					
Всего за Пятница-2		1610	12,78	64,45	39,71	153,38	1248,76	0,73	106,64	71,75	8,25	564,55	1059,85	255,81	16,57					
Итого		16583	134,03	630,90	445,14	1608,38	13117,02	17,06	1964,05	6365,51	129,27	6778,05	11063,93	2895,34	159,58					

	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)										Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe							
Итого за завтрак	46,75	245,68	169,00	548,70	4 751,61	6,62	354,45	640,07	55,24	2 231,77	3 839,11	906,80	58,50							
Среднее значение за завтрак	4,68	24,57	16,90	54,87	475,16	0,66	35,44	64,01	5,52	223,18	383,91	90,68	5,85							
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		21%	32%	46%																
Выполнение нормативов		25%	25%	22%	23,76%	60,15%	59,07%	9,14%	55,24%	20,29%	34,90%	36,27%	48,75%							
Итого за второй завтрак	11,13	22,40	9,60	119,45	708,00	0,30	644,40	40,00	2,10	773,50	486,50	214,50	16,45							
Среднее значение за второй завтрак	1,11	2,24	0,96	11,95	70,80	0,03	64,44	4,00	0,21	77,35	48,65	21,45	1,65							
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		13%	12%	67%																
Выполнение нормативов		2%	1%	5%	3,54%	2,73%	107,40%	0,57%	2,10%	7,03%	4,42%	8,58%	13,71%							
Итого за завтрак + второй завтрак	57,89	268,08	178,60	668,15	5 459,61	6,92	998,85	680,07	57,34	3 005,27	4 325,61	1 121,30	74,95							
Среднее значение за завтрак + второй завтрак	5,79	26,81	17,86	66,82	545,96	0,69	99,88	68,01	5,73	300,53	432,56	112,13	7,50							
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		20%	29%	49%																
Выполнение нормативов		27%	27%	27%	27,30%	62,88%	166,47%	9,72%	57,34%	27,32%	39,32%	44,85%	62,46%							
Итого за обед	69,17	301,61	226,64	830,07	6 571,90	9,60	880,40	5 385,43	71,34	1 528,28	4 998,32	1 470,04	79,38							
Среднее значение за обед	6,92	30,16	22,66	83,01	657,19	0,96	88,04	538,54	7,13	152,83	499,83	147,00	7,94							
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		18%	31%	51%																
Выполнение нормативов		30%	34%	33%	32,86%	87,31%	146,73%	76,93%	71,34%	13,89%	45,44%	58,80%	66,15%							
Итого за полдник	7,68	60,60	39,30	95,45	1 015,00	0,49	69,80	300,00	0,30	2 220,50	1 723,50	290,50	1,95							
Среднее значение за полдник	0,77	6,06	3,93	9,55	101,50	0,05	6,98	30,00	0,03	222,05	172,35	29,05	0,20							
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		24%	35%	38%																
Выполнение МР 2.4.5.0146-19		6%	6%	4%	5,08%															
Итого за обед + полдник	76,86	362,21	265,94	925,52	7 586,90	10,09	950,20	5 685,43	71,64	3 748,78	6 721,82	1 760,54	81,33							
Среднее значение за обед + полдник	7,69	36,22	26,59	92,55	758,69	1,01	95,02	568,54	7,16	374,88	672,18	176,05	8,13							
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		19%	32%	49%																

	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
		Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
Выполнение нормативов		36,22%	39,69%	37,02%	37,93%	91,77%	158,37%	81,22%	71,64%	34,08%	61,11%	70,42%	67,78%				
Итого день	134,74	630,90	445,14	1 608,38	13 117,02	17,06	1 964,05	6 365,51	129,27	6 778,05	11 063,93	2 895,34	159,58				
Среднее значение за день	13,47	63,09	44,51	160,84	1 311,70	1,71	196,40	636,55	12,93	677,81	1 106,39	289,53	15,96				
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		19%	31%	49%													
Выполнение нормативов		63%	66%	64%	65,59%	155,05%	327,34%	90,94%	129,27%	61,62%	100,58%	115,81%	132,98%				
Потребность в пищевых веществах для обучающихся 7-11 лет по требованиям практической фармакотерапии		100	67	250	2000	1,1	60	700	10	1100	1100	250	12				
Распределение ЭЦ				Норма													
		Завтрак	23,76%	20-25%													
		Обед	32,86%	30-35%													

Номера рецептов отмеченные буквой М- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях. Ред. Могильный М.П. изд. Делли плюс, 2017г.

Номера рецептов отмеченные буквой К- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для обучающихся образовательных учреждений. Кучма В.Р., Москва, 2016

Аббревиатура СЖ означает, что в рецептуру блюд внесены изменения в части касающейся сниженной закладки соли, сахара, жиров

Для расчета химико-энергетических характеристик блюд использован справочник "Химический состав Российских пищевых продуктов" ред. И.М. Скурихин/В.А. Тутельян, изд. Делли принт 2002

Вариант реализации диетического (лечебного) меню для Детей с подтвержденным диагнозом сахарный диабет, обучающихся по программам основного и среднего образования в общеобразовательных организациях г. Красноярска

возрастная группа 12-18 лет
сезон осенне-зимний

№ рещ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)									
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe									
Дни/неделя: Понедельник-1															Завтрак									
71М	Поджаренная из овощей свежих (огурец свежий)	20	0,03	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01	1,40		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10									
241М	Мясо отварное (говядина) с соусом сметанным с томатом	110	0,22	26,61	14,37	2,58	246,58	1,85	5,05	0,58	18,57	252,44	32,14	3,63	3,63									
171М/СД	Каша пшеничная распычатая	180	4,12	7,96	4,34	49,38	268,46	0,22	0,00	19,20	1,27	31,26	200,43	43,28	3,40									
377М/СД	Чай с лимоном с сиропом стевии	207	0,02	0,06	0,01	0,26	2,39	0,00	2,90		0,01	7,75	9,78	5,24	0,86									
	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,10	2,20	0,40	13,21	66,00	0,06	0,00	0,00	0,33	9,67	50,00	15,67	1,30									
	Итого за Завтрак	567	5,49	36,97	19,14	65,82	585,63	2,13	9,35	19,78	20,21	304,52	298,34	70,61	9,29									
	Второй завтрак																							
	Фрукты (яблоки)	150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30									
	Итого за Второй завтрак	150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30									
	Обед																							

№ реч.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe		
21/К/СД	Винегрет с сельдью	100	0,58	5,56	9,42	6,96	135,35	0,06	8,50	7,50	2,73	35,43	93,38	33,41	1,02		
88М/СД	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, 240/10	250	0,79	2,11	5,30	9,46	95,15	0,06	33,64	10,00	1,80	53,32	44,20	19,02	0,70		
234М/СД /330М/СД	Котлеты или биточки рыбные (минтай) с соусом сметанным, 100/30	130	1,40	13,44	12,29	16,75	232,31	0,13	0,36	14,82	5,04	45,87	191,43	47,58	1,26		
312М/СД	Картофельное пюре	210	2,59	4,58	4,57	31,04	184,21	0,22	36,31	20,02	0,22	62,86	136,04	46,35	1,71		
349М/СД	Компот из сухофруктов	200	0,85	0,78	0,06	10,19	45,40	0,02	0,80		1,10	32,00	29,20	21,00	0,64		
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	87,00	0,10		3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95		
	Итого за Обед	940	7,62	29,77	32,25	91,50	779,42	0,58	79,62	55,35	11,99	246,97	573,24	190,86	7,27		
						Полдник											
	Кефир 2,5%	200	0,67	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20		
	Итого за Полдник	200	0,67	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20		
	Всего за Понедельник-1	1857	15,00	73,14	56,99	180,02	1541,55	2,84	105,37	115,13	32,50	815,49	1068,09	302,97	20,07		
	День/неделя: Вторник-1																
							Завтрак										
182М/СД	Каша жидкая молочная из пшённой крупы (с маслом, сироп стевии)	250	3,13	9,08	7,38	37,58	254,06	0,23	0,74	27,38	0,18	169,74	224,71	57,20	1,47		
15М	Сыр порционный	25	0,00	6,50	6,53	0,00	86,00	0,01	0,20	57,50	0,13	250,00	160,00	11,25	0,25		
4М	Бутерброд с отварными мясными продуктами (говядина)	50	0,86	7,93	5,48	10,26	119,38	0,08	0,00	1,80	0,79	13,38	107,56	21,14	2,03		
378М/СД	Чай с молоком с сиропом стевии	200	0,20	1,45	1,25	2,41	27,01	0,01	0,40	5,00		64,95	53,24	11,40	0,87		

№ реч.	Наименование Дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
	Хлеб ржано-пшеничный	40	1,10	2,20	0,40	13,21	66,00	0,06	0,00	0,00	0,33	9,67	50,00	15,67	1,30				
	Итого за Завтрак	565	5,29	27,16	21,04	63,46	552,45	0,38	1,34	91,68	1,43	507,74	595,51	116,66	5,93				
	Второй завтрак																		
	Фрукты (Груши)	150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00	3,45				
	Итого за Второй завтрак	150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00	3,45				
	Обед																		
63М/СД	Салат из моркови с курагой	100	1,20	1,65	0,12	14,41	66,85	0,06	4,73	0,00	0,90	39,41	62,28	43,44	0,94				
97М	Суп картофельный на курином бульоне	250	1,67	6,23	3,86	20,06	140,52	0,16	24,56	7,00	1,33	31,35	108,43	35,79	1,50				
288М/СД/330М/СД	Куры отварные (Грудки) с соусом сметанным, 80/30	110	0,16	24,62	7,13	1,93	171,85	0,11	2,59	54,12	0,37	29,54	191,15	23,23	1,57				
125М/СД	Картофель отварной	210	2,80	4,16	4,63	33,61	193,16	0,25	41,16	21,00	0,26	29,57	122,51	47,80	1,92				
473К/СД	Напиток витаминный	200	0,76	0,46	0,15	9,13	45,20	0,02	80,00	65,36	0,34	11,20	11,68	4,72	0,48				
	Хлеб ржаной	50	1,43	3,30	0,60	17,10	87,00	0,10		3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95				
	Итого за Обед	920	8,02	40,42	16,49	96,24	704,58	0,70	153,05	150,48	4,31	158,57	575,05	178,47	8,36				
	Полдник																		
	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20				
	Итого за Полдник	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20				
	Всего за Вторник-1	1835	15,58	76,38	40,97	186,95	1441,53	1,11	163,09	262,15	6,33	942,80	1384,56	343,13	17,94				
	День/неделя: Среда-1																		
	Завтрак																		
	Горошек зеленый	40	0,22	1,24	0,08	2,60	16,00	0,04	4,00	0,00	0,08	8,00	24,80	8,40	0,28				
213М/СД	Омлет (белковый) с картофелем	300	2,24	25,11	18,19	26,92	371,83	0,17	26,97	43,87	4,29	118,20	192,11	56,83	1,66				
ТТК/СД	Чай из шиповника	200	0,24	0,20	0,08	2,91	17,05	0,01	60,05	49,02	0,23	6,08	5,14	3,22	0,59				
	Хлеб ржано-	60	1,65	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,50	14,50	75,00	23,50	1,95				

№ рец.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)					Минеральные вещества (мг)								
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe						
	пшеничный																				
	Итого за Завтрак	600	4,35	29,86	18,95	52,25	503,87	0,31	91,02	92,89	5,10	146,77	297,05	91,95						4,48	
Второй завтрак																					
	Фрукты (Груши)	150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50		0,60	28,50	24,00	18,00							3,45
	Итого за Второй завтрак	150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00							3,45
Обед																					
51М	Салат из свеклы с курагой и изюмом	100	1,13	1,54	3,33	13,54	121,80	0,03	7,70	0,00	3,32	41,09	48,29	24,55							1,41
99М/СД	Суп из овощей со сметаной, 240/10	250	0,92	2,05	5,35	11,00	101,08	0,08	20,44	10,00	1,75	34,24	56,18	21,78							0,80
245М/33 0М/СД	Бефстроганов из отварной говядины, 50/50	100	0,36	16,20	15,31	4,31	220,06	0,06	0,89	13,33	0,42	27,11	169,47	24,24							2,35
171М/СД	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,35	11,54	3,94	52,18	320,68	0,39	0,00	24,01	0,79	20,99	273,96	182,55							6,14
349М/СД	Компот из сухофруктов	200	0,85	0,78	0,06	10,19	45,40	0,02	0,80		1,10	32,00	29,20	21,00							0,64
	Хлеб ржаной	60	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50							1,95
	Итого за Обед	890	9,03	35,41	28,59	108,31	891,72	0,69	29,83	50,34	8,48	172,93	656,09	297,63							13,28
Полдник																					
	Ацидофилин 2,5%	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00		236,00	192,00	32,00							0,20
	Итого за Полдник	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00	0,00	236,00	192,00	32,00							0,20
	Всего за среда-1	1840	15,35	71,67	52,99	184,21	1567,09	1,09	129,95	183,23	14,18	584,21	1169,15	439,58							21,41
День/неделя: Четверг-1																					
Завтрак																					

№ реч.	Наименование дней недели, блюд	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe				
225/М/СД /326/М	Запеканка из творога с морковью с соусом абрикосовым, 200/30	230	1,85	24,67	21,31	22,19	385,08	0,10	2,67	84,31	3,91	249,26	322,26	51,70	1,29				
	Фрукты (мандарины)	200	1,25	1,60	0,40	15,00	76,00	0,12	76,00	0,00	0,40	70,00	34,00	22,00	0,20				
377/М/СД	Чай с лимоном с сиропом стевии	207	0,02	0,06	0,01	0,26	2,39	0,00	2,90		0,01	7,75	9,78	5,24	0,86				
	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,50	14,50	75,00	23,50	1,95				
Итого за Завтрак		697	4,77	29,63	22,32	57,27	562,47	0,31	81,57	84,31	4,82	341,51	441,04	102,44	4,30				
Второй завтрак																			
	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20				
Итого за Второй завтрак		200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20				
Обед																			
49М/СД	Салат витаминный	100	0,78	1,08	5,23	9,37	90,22	0,04	41,35	0,55	2,32	10,84	21,37	12,70	0,78				
96/М/СД	Рассольник Ленинградский	250	1,40	6,39	5,33	16,85	141,76	0,14	17,23	7,50	1,91	32,22	105,41	29,98	1,40				
267/К/СД/ 330/М/СД	Оладьи из печени с морковью с соусом сметанным, 90/30	120	1,39	17,05	12,61	16,72	249,46	0,35	24,32	5962,82	3,04	29,69	279,82	21,97	5,63				
312М/СД	Картофельное пюре	220	2,71	4,81	5,85	32,54	202,67	0,23	38,04	26,84	0,25	66,21	142,96	48,56	1,79				
350/М/СД	Кисель из плодов чёрной смородины	200	0,78	0,21	0,04	9,34	35,77	0,01	40,00		0,14	10,80	6,60	6,20	0,26				
	Хлеб ржаной	60	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95				
Итого за Обед		950	8,49	32,84	29,66	101,92	802,58	0,87	160,94	6000,71	8,76	167,25	635,16	142,92	11,81				
Полдник																			
	Простокваша 2,5%	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00		236,00	192,00	32,00	0,20				
Итого за Полдник		200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00	0,00	236,00	192,00	32,00	0,20				

№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Всего за Четверг-1		2047	14,93	76,47	59,98	179,19	1580,05	1,24	245,31	6145,02	13,58	992,76	1458,21	307,35	16,52				
День/неделя: Пятница-1																			
Завтрак																			
71М	Подгарнировка из овощей свежих (огурец свежий)	20	0,06	0,22	0,04	0,76	4,80	0,01	5,00	0,14	2,80	5,20	4,00	0,18					
320/К/331 /М/СД	Куриное филе запеченное (бедро) с соусом сметанным с томатом	110	0,23	17,39	12,94	2,80	183,63	1,90	6,73	12,96	7,92	18,49	153,77	16,95	0,79				
171М	Каша пшеничная рассыпчатая	180	4,12	8,00	4,20	49,44	300,18	0,22	0,00	38,40	1,32	32,41	201,87	43,28	3,41				
ТТ/СД	Чай из шиповника	200	0,24	0,20	0,08	2,91	17,05	0,01	60,05	49,02	0,23	6,08	5,14	3,22	0,59				
	Хлеб ржано-пшеничный	60	1,65	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,50	14,50	75,00	23,50	1,95				
Итого за Завтрак		570	6,31	29,11	17,87	75,73	604,66	2,22	71,78	100,38	10,11	74,28	440,97	90,95	6,93				
Второй завтрак																			
	Фрукты (яблоки)	150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30					
Итого за Второй завтрак		150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30					
Обед																			
94/К/СД	Салат "Мозаика"	100	0,84	2,87	6,38	10,13	109,83	0,09	11,50	25,01	2,45	21,21	68,34	25,12	0,94				
104М	Сул картофельный с мясными фрикадельками	250	1,55	10,22	9,64	18,59	202,44	0,16	22,98	7,00	1,47	22,52	153,47	39,05	2,28				
233/М/33 0/М/СД	Рыба запеченная (треска) с соусом сметанным	130	0,35	17,54	9,76	4,17	174,83	0,10	2,68	65,18	1,00	43,19	235,04	34,33	0,68				
171М	Каша перловая рассыпчатая	180	3,16	5,33	4,24	37,89	249,15	0,07	0,00	43,22	0,73	25,43	185,78	22,65	1,05				

№ рещ.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe					
342/М/СД	Компот из вишни	200	0,49	0,48	0,08	5,85	26,80	0,01	6,00		0,12	14,80	12,00	10,40	0,20					
	Хлеб ржаной	60	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95					
Итого за Обед		920	7,81	39,74	30,70	93,72	845,75	0,54	43,16	143,40	6,86	144,64	733,62	155,06	7,11					
Полдник																				
	Кефир (2,5%)	200	0,67	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00		240,00	180,00	28,00	0,20					
	Итого за Полдник	200	0,67	5,80	5,00	8,00	106,00	0,08	1,40	40,00	0,00	240,00	180,00	28,00	0,20					
	Всего за пятница-1	1840	16,01	75,25	54,16	192,15	1626,91	2,89	131,35	283,79	17,27	482,92	1371,10	287,51	17,54					
День/неделя: Понедельник-2																				
Завтрак																				
71М	Подгариновка из овощей свежих (огурец свежий)	20	0,03	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01	1,40		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10					
	260М/СД Гуляш из говядины, 50/50	100	0,32	15,43	16,56	3,85	226,40	0,08	4,50	0,00	2,16	12,16	161,39	23,00	2,42					
171М/СД	Каша гречневая рассыпчатая	180	4,35	11,54	4,50	52,18	320,68	0,39	0,00	24,01	0,79	20,99	273,96	182,55	6,14					
	377/М/СД Чай с лимонном	207	0,02	0,06	0,01	0,26	2,39	0,00	2,90		0,01	7,75	9,78	5,24	0,86					
	Хлеб ржанопшеничный	60	1,65	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,50	14,50	75,00	23,50	1,95					
	Итого за Завтрак	567	6,37	30,47	21,69	76,49	650,68	0,57	8,80	24,01	3,48	58,80	526,13	237,09	11,46					
Второй завтрак																				
	Фрукты (мандарины)	150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00		0,30	52,50	25,50	16,50	0,15					
	Итого за Второй завтрак	150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00	0,00	0,30	52,50	25,50	16,50	0,15					
Обед																				
36М	Салат картофельный с сельдью	100	1,02	5,03	3,72	12,23	102,90	0,10	15,00	6,00	0,44	25,37	93,39	31,79	1,00					

№ реч.	Наименование дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)							Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe				
82/М/СД	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, 240/10	250	1,05	2,19	5,26	12,56	107,49	0,06	21,58	10,00	1,82	46,14	56,79	25,88	1,20				
288М/СД/ 331/М/СД	Куры отварные (грудки) с соусом сметанным с томатом, 90/30	120	0,20	27,73	7,72	2,35	191,54	1,49	7,93	51,65	5,44	30,18	211,33	25,37	1,83				
125/М/СД	Картофель отварной	250	3,33	4,95	5,51	40,02	229,96	0,30	49,00	25,00	0,31	35,20	145,85	56,90	2,29				
349/М/СД	Компот из сухофруктов	200	0,85	0,78	0,06	10,19	45,40	0,02	0,80		1,10	32,00	29,20	21,00	0,64				
	Хлеб ржаной	60	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95				
Итого за Обед		980	7,87	43,99	22,87	94,45	759,99	2,06	94,31	95,65	10,20	186,40	615,56	184,45	8,91				
Полдник																			
	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20				
	Итого за Полдник	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20				
Всего за Понедельник-2		1897	16,17	83,86	47,86	193,99	1581,67	2,72	161,31	139,66	13,98	545,70	1357,18	468,04	20,73				
День/неделя: Вторник-2																			
Завтрак																			
182/М/СД	Каша жидкая молочная из овсяной крупы (сироп стевии)	250	2,91	9,24	9,89	34,93	283,24	0,24	0,71	45,17	0,60	174,40	263,32	30,47	1,86				
15М	Сыр порционный	25	0,00	6,50	6,53	0,00	86,00	0,01	0,20	57,50	0,13	250,00	160,00	11,25	0,25				
4М	Бутерброд с отварными мясными продуктами (говядина)	50	0,86	7,93	5,48	10,26	119,38	0,08	0,00	1,80	0,79	13,38	107,56	21,14	2,03				
ТТК/СД	Чай из шиповника с сиропом стевии	200	0,24	0,20	0,08	2,91	17,05	0,01	60,05	49,02	0,23	6,08	5,14	3,22	0,59				
	Хлеб ржаной-пшеничный	40	1,10	2,20	0,40	13,21	66,00	0,06	0,00	0,00	0,33	9,67	50,00	15,67	1,30				

№ реч.	Наименование Дней недели, блюда	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe				
Итого за Завтрак		565	5,11	26,07	22,38	61,31	571,67	0,38	60,96	153,49	2,07	453,52	586,02	81,74	6,04				
Второй завтрак																			
Фрукты (Груши)		150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50		0,60	28,50	24,00	18,00	3,45				
Итого за Второй завтрак		150	1,29	0,60	0,45	15,45	70,50	0,03	7,50	0,00	0,60	28,50	24,00	18,00	3,45				
Обед																			
46М	Салат из белокочанной капусты с яблоками	100	0,96	1,28	5,17	11,50	99,06	0,03	24,17	0,00	2,37	34,21	29,62	16,35	1,01				
98М	Суп крестьянский с крупой (пшено) на курином бульоне	250	0,88	6,13	6,33	10,56	124,52	0,09	20,64	8,00	2,40	39,74	83,10	25,25	1,07				
281/М/33 0/М/СД	Биточек мясной (говядина) с соусом сметанным	120	0,73	12,65	14,02	8,73	211,93	0,06	0,04	27,00	0,44	23,09	130,14	18,59	1,92				
216К/СД	Пюре из бобовых с картофелем	180	2,73	13,31	4,80	32,70	246,45	0,47	8,81	31,56	0,47	105,96	219,67	68,26	3,93				
473К/СД	Напиток витаминный	200	0,76	0,46	0,15	9,13	45,20	0,02	80,00	65,36	0,34	11,20	11,68	4,72	0,48				
	Хлеб ржаной	60	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95				
Итого за Обед		910	7,48	37,13	31,07	89,72	809,86	0,77	133,66	134,92	7,12	231,70	553,21	156,67	10,35				
Полдник																			
Ацидофлин 2,5%		200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00		236,00	192,00	32,00	0,20				
Итого за Полдник		200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00	0,00	236,00	192,00	32,00	0,20				
Всего за Вторник-2		1825	14,56	69,60	58,90	174,68	1553,02	1,24	203,72	328,41	9,79	949,72	1355,22	288,41	20,04				
День/неделя: Среда-2																			
Завтрак																			
71М	Подгарнировка из овощей свежих (огурец свежий)	20	0,03	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01	1,40		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10				

№ рец.	Наименование дней недели, блюдец	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)			Минеральные вещества (мг)				
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мг	Fe
		Полдник													
	Простокваша 2,5%	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00		236,00	192,00	32,00	0,20
	Итого за Полдник	200	0,68	5,80	5,00	8,20	101,00	0,06	1,60	40,00	0,00	236,00	192,00	32,00	0,20
	Всего за Среда-2	1770	14,92	61,32	63,11	179,07	1576,69	2,75	401,25	145,93	21,95	648,31	1156,09	317,66	14,68
		День/неделя: Четверг-2													
Завтрак															
225/М/СД /326/М	Оладьи из творога с соусом абрикосовым, 200/50	250	2,39	28,24	17,79	28,69	393,11	0,06	0,91	78,00	3,86	220,61	286,46	34,75	1,01
15М	Сыр порционный	20	0,00	5,20	5,22	0,00	68,80	0,01	0,16	46,00	0,10	200,00	128,00	9,00	0,20
	Фрукты (яблоки)	200	1,63	0,80	0,80	19,60	94,00	0,06	20,00	0,00	0,40	32,00	22,00	18,00	4,40
378/М/СД	Чай с молоком	200	0,20	1,45	1,25	2,41	27,01	0,01	0,40	5,00		64,95	53,24	11,40	0,87
	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,10	2,20	0,40	13,21	66,00	0,06	0,00	0,00	0,33	9,67	50,00	15,67	1,30
	Итого за Завтрак	720	5,33	37,89	25,46	63,91	648,92	0,20	21,47	129,00	4,69	527,23	539,70	88,81	7,78
Второй завтрак															
	Йогурт	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00		1,20	20,00		248,00	190,00	30,00	0,20
	Итого за Второй завтрак	200	0,98	8,20	3,00	11,80	114,00	0,00	1,20	20,00	0,00	248,00	190,00	30,00	0,20
Обед															
66М/СД	Салат из моркови с изюмом	100	1,41	1,28	0,12	16,94	76,22	0,06	6,17	0,00	0,38	29,84	55,54	35,07	0,83
102М/СД	Сул картофельный с бобовыми на курином бульоне	250	1,64	9,61	5,18	19,70	164,39	0,25	12,31	7,00	1,96	47,31	138,55	43,05	2,30
326/К/331 /М/СД	Нагетсы куриные с соусом сметанным с томатом, 90/30	120	1,21	20,99	15,21	14,46	280,40	1,49	6,70	99,82	5,80	30,25	174,52	25,18	1,97
312М	Картофельное пюре	180	2,23	3,94	6,50	26,79	181,96	0,19	31,36	31,44	0,23	57,84	118,20	40,10	1,51

№ рец.	Наименование дней недели, блюдо	Масса порции	ХЕ	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
				Б	Ж	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Mg	Fe				
357/М/СД	Кисель из плодов шиповника	200	0,97	0,28	0,11	11,69	54,02	0,01	80,00	65,36	0,30	8,80	1,36	1,36	0,24				
				Хлеб ржаной	60	1,43	3,30	0,60	17,10	82,70	0,10	0,00	3,00	1,10	17,50	79,00	23,50	1,95	
Итого за Обед		910	8,89	39,41	27,73	106,68	839,69	2,11	136,54	206,62	9,77	191,54	567,17	168,26	8,80				
Полдник																			
Фрукты (Мандарин)		150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00	0,00	0,30	52,50	25,50	16,50	0,15				
Итого за Полдник		150	0,94	1,20	0,30	11,25	57,00	0,09	57,00	0,00	0,30	52,50	25,50	16,50	0,15				
Всего за Четверг-2		1980	16,14	86,70	56,48	193,64	1659,61	2,39	216,20	355,62	14,76	1019,27	1322,37	303,58	16,93				
Дни/неделя: Пятница-2																			
Завтрак																			
71М	Подгариновка из овощей свежих (огурец свежий)	20	0,03	0,14	0,02	0,38	2,20	0,01	1,40		0,02	3,40	6,00	2,80	0,10				
				Котлеты рубленые из птицы (грудка) с соусом сметанным, 80/40	120	1,28	16,39	10,66	15,34	224,62	0,12	1,42	38,04	2,64	58,53	172,26	30,43	2,09	
143/М/СД	Рагу из овощей	250	2,45	5,10	5,20	29,41	225,15	0,19	59,59	8,97	3,82	78,92	129,09	57,98	1,96				
				Чай из шиповника	200	1,20	0,17	0,07	14,39	62,09	0,00	50,05	40,85	0,19	5,48	4,97	3,05	0,60	
	Хлеб ржаной-пшеничный	60	1,65	3,30	0,60	19,82	99,00	0,09	0,00	0,00	0,50	14,50	75,00	23,50	1,95				
				Итого за Завтрак	650	6,61	25,10	16,55	79,34	613,06	0,40	112,45	87,86	7,17	160,83	387,32	117,75	6,69	
Второй завтрак																			
Фрукты (яблоки)		150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00		0,30	24,00	16,50	13,50	3,30				
Итого за Второй завтрак		150	1,23	0,60	0,60	14,70	70,50	0,05	15,00	0,00	0,30	24,00	16,50	13,50	3,30				
Обед																			
109К	Салат фруктовый	100	0,70	1,32	0,56	8,44	48,21	0,02	51,13	2,00	0,16	46,61	29,01	14,80	1,14				
150К	Суп рыбный	250	1,63	8,45	7,84	19,51	190,73	0,14	15,25	0,00	0,18	18,44	76,88	31,04	1,08				
244/М/СД	Плов из отварной	210	2,76	27,26	15,89	33,15	385,00	0,14	1,38	0,00	2,78	39,20	377,80	50,46	4,09				

	ХЕ	Пищевые вещества (г)				ЭЦ (ккал)	Витамины (мг)						Минеральные вещества (мг)					
		Б	Ж	У	У		В1	С	А (мкг)	Е	Са	Р	Мg	Fe				
Итого за завтрак	55,53	297,21	206,47	666,38	5 905,86	7,22	461,26	860,27	65,43	2 738,81	4	580,60	082,64	67,29				
Среднее значение за завтрак	5,55	29,72	20,65	66,64	590,59	0,72	46,13	86,03	6,54	273,88	458,06	108,26	6,73					
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		20%	31%	45%														
Выполнение нормативов		24%	25%	21%	23,62%	65,63 %	76,88%	12,29 %	65,43 %	24,90%	41,64 %	43,31 %	56,07 %					
Итого за второй завтрак	11,45	22,40	10,05	137,45	778,50	0,35	396,90	40,00	3,00	766,00	527,00	208,50	22,00					
Среднее значение за второй завтрак	1,15	2,24	1,01	13,75	77,85	0,03	39,69	4,00	0,30	76,60	52,70	20,85	2,20					
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		12%	12%	71%														
Выполнение нормативов		2%	1%	4%	3,11%	3,14%	66,15%	0,57%	3,00%	6,96%	4,79%	8,34%	18,33 %					
Итого за завтрак + второй завтрак	66,99	319,61	216,52	803,83	6 684,36	7,56	858,16	900,27	68,43	3 504,81	5	107,60	291,14	89,29				
Среднее значение за завтрак + второй завтрак	6,70	31,96	21,65	80,38	668,44	0,76	85,82	90,03	6,84	350,48	510,76	129,11	8,93					
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		19%	29%	48%														
Выполнение нормативов		26%	26%	26%	26,74%	68,77 %	143,03%	12,86 %	68,43 %	31,86%	46,43 %	51,65 %	74,41 %					
Итого за обед	79,83	369,55	280,86	957,93	7 976,28	11,08	1 032,00	872,13	87,64	1 828,73	5	995,17	772,74	93,64				
Среднее значение за обед	7,98	36,95	28,09	95,79	797,63	1,11	103,20	887,21	8,76	182,87	599,52	177,27	9,36					
Соотношение БЖУ в % от ЭЦ		19%	32%	48%														
Выполнение нормативов		30%	33%	31%	31,91%	100,75 %	172,00%	98,17 %	87,64 %	16,62%	54,50 %	70,91 %	78,04 %					
Итого за полдник	7,95	60,60	39,30	95,45	1 015,00	0,49	69,80	300,00	0,30	2 220,50	1	723,50	290,50	1,95				
Среднее значение за полдник	0,80	6,06	3,93	9,55	101,50	0,05	6,98	30,00	0,03	222,05	172,35	29,05	0,20					

