

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с сахарным диабетом.

№ p/p	Наименование	Выход				Углевод-оды	Энергетич-ценность ккал	Витамины					Минеральные вещества						
		г	г	г	г			В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рети-эquiv/сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг			
	Первый день	Завтрак																	
ТТК№32	Птица тушеная с овощами	100,00	9,41	11,7	0,5	145,5	0,040	0,24	0,000	52	7,100	51,130	0,360	1,21	107,21				
ТТК№24	Макаронные изделия из твердых сортов пшеницы с растительным маслом	230,00	5,25	7,1	49,01	323,5	0,21	0,142	0,000	110	24,2	203,08	47,8	2,52	137,48				
ТТК№63	Сыр порцирами	20,00	5,04	3,7	00	42,0	00	0,01	0,240	13	144,15	00	7,5	0,070	17,400				
ТТК№30	Чай с лимоном и заменителем сахара	200/25	0,2	00	16,0	65,0	00	00	17,260	00	8,050	9,790	5,24	0,00	36,66				
	Хлеб ржаной	50,00	2,6	0,5	7,32	104	0,1	00	00	50	116,5	36	14,1	07	1,25				
	Итого	625	22,5	23,0	72,83	680,0	0,35	0,4	17,5	225	300,0	300,0	75,0	4,5	300				
		Обед																	
ТТК№4	Салат из свежих помидоров с раст. маслом	100,	1,0	6,1	7,7	87	0,082	0,021	4,16	160	1,60	14,52	0,030	0,04	0,140				
ТТК№10	Суп из овощей	250,00	6,0	6,87	13,91	141,88	0,136	0,189	1,69	70	113,46	115,80	29,48	1,07	143,75				
ТТК№68	Мясо отварное для первого блюда	6,00	1,20	0,20	00	6,51	0,012	0,18	0,04	0,00	1,26	25,74	2,59	0,30	31,60				
ТТК№33	Плов с перловой крупой	190,00	16,44	17,5	42,06	327,91	00	00	0,035	0,00	1,75	29,040	0,000	0,000	40,970				
ТТК№28	Компот из кураги с заменителем сахара	200,00	0,16	0,00	21,60	87,00	0,02	0,16	3,24	0,00	133,60	24,90	21,00	0,70	200,10				
	Хлеб пшеничный йодированный	60,00	2,80	0,80	52,8	145,70	0,10	0,01	0,000	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56				
	Хлеб ржаной	75,00	3,90	0,75	10,98	156,00	0,14	0,00	15,335	75	136,33	54,00	21,30	1,79	1,88				
	Итого	881	31,5	32,2	149,05	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0				
		Полдник																	
	Бифилайф	200,00	3,70	2,50	3,50	98,00	0,06	0,11	1,00	0,00	87,94	98,00	5,83	0,22	41,00				
ТТК№51	Орехи в ассортименте	40,00	4,90	6,70	25,80	122,00	0,06	0,03	1,40	80	14,16	12,00	8,17	0,70	48,00				
	Фрукт	110,00	0,40	0,00	9,00	52,00	0,02	0,02	4,60	10	17,90	10,00	16,00	0,88	31,00				
	Итого	350	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0				
	Всего		63,0	64,4	260,18	1904,0	0,98	1,12	49,0	630	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0				

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с сахарным диабетом

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетич ценность ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг					
	Второй день																			
	Завтрак																			
ТТК№52	Запеканка из творога с морковью	230,00	19,38	22,4	43.81	373.0	0,25	0,4	00	165	174,23	229,36	51,51	1,84	203,78					
ТТК№50	Соус из курати на заменителе сахара	70,00	0,00	0,00	27.16	117,20	0,00	0,00	1,70	10	9,27	17,65	1,35	1,82	58,06					
ТК №26	Чай с заменителем сахара	200,00	00	00	16,0	65,0	0,00	00	00	0,00	00	9,79	5,24	0,00	36,66					
	Хлеб ржаной	60,00	3.12	06	8.78	124.8	01	00	15.8	50	116.5	43.2	16.9	084	1.5					
	Итого	560	22,5	23,0	95,75	680,0	0,35	0,4	17,5	225	300,0	300,0	75,0	4,5	300					
	Обед																			
ТТК№120	Салат «Морковный»	100	0,2	5.13	5.74	79	0,00	0,00	1,25	100	5,75	3,00	3,60	0,15	35,25					
ТТК№17	Суп картофельный с пшеничной крупой	250	7.0	7,0	12.25	151,90	0,05	0,07	1,30	70	30,53	16,89	12,81	0,37	92,47					
ТТК№37	Овощи тушеные с мясом	200,00	17,30	18,41	36.32	310.66	0,20	0,478	4,16	63	186,22	171,37	22,13	1,72	86,66					
	Сок плодовоошной б/сахара	200,00	0,00	0,00	5,0	90,00	0,00	0,00	1,80	0,00	16,00	14,00	10,00	0,20	201,998					
	Хлеб пшеничный йодированный	70,00	3,36	0,96	73.92	174,84	0,100	0,012	0,000	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,872					
	Хлеб ржаной	70,00	3,64	0,70	10,25	145,60	0,14	0,00	15,99	70	143,1	50,40	19,74	0,98	1,75					
	Итого	890	31,5	32,2	143,54	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0					
	Полдник																			
	Фрукт	100	0,40	-	11,80	52,00	0,04	0,02	2,62	0,00	15,21	15,18	4,38	0,20	38,90					
	Молоко	200	3,30	2,50	3,50	98,00	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,70	45,60					
ТТК53	Сухофрукты- курага / припущенная/ с миндальным орехом	60	5,30	6,70	23,00	122,00	0,05	0,05	1,13	50	22,43	24,90	10,63	0,90	35,50					
	Итого	360	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0					
	Всего	63,0	63,0	64,4	277,59	1904,0	0,98	1,12	49,0	630	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с сахарным диабетом.

p/p	Наименование	Выход				Белки	Жиры	Углев- оды	Энергетич ценность ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г					В1, мг	В2 мг	С мг	А, рети- э- кв/ сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг					
	Третий день	Завтрак																					
Ж№38	Шницель мясной	100,0	13,10	16,40	2,40	265,70	0,11	0,225	0,47	90	247,93	45,27	8,97	0,96	111,96								
Ж№54	Кабачки тушеные с гречневой крупой	180,0	4,40	4,60	23,37	186,10	0,13	0,11	0,9	125	9,25	81,45	25,86	1,03	138,52								
Ж №55	Соус томатный с овощами без сахара	25,00	2,00	1,20	1,18	17,50	0,01	0,055	16,13	00	2,77	7,49	4,33	0,11	11,30								
Ж№26	Чай с заменителем сахара	200	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	00	00	00	8,05	9,79	5,24	0,00	36,66								
	Хлеб пшеничный йодированный	60,00	2,80	0,80	52,80	145,70	0,10	0,01	0,000	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56								
	Итого	565	22,5	23,0	95,75	680,0	0,35	0,4	17,5	225	300,0	300,0	75,0	4,5	300								
		Обед																					
Ж №119	Салат «Мозаика»	100	0,38	5,5	6,9	82,57	00	0,00	1,05	78	4,8	6,83	5,25	0,11	42,99								
Ж № 13	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250,0	6,5	7,93	17,87	152,36	0,025	0,15	3,64	00	47,87	86,6	3,96	0,73	17								
Ж№35	Птица "Золотистая"	100,0	12,12	9,44	4,38	139,38	0,075	0,11	0,015	90	43	116,57	29,68	0,43	158,57								
Ж№22	Картофельное пюре с маслом растительным	180,0	5,12	7,78	19,32	159,49	0,15	0,18	0,19	42	44,23	0,00	0,00	0,34	47								
Ж№69	Компот из смеси с/фруктов с заменителем сахара	200,0	0,68	0,00	30,22	116,50	0,00	0,11	3,17	20	105,00	0,00	14,21	0,50	151,00								
	Хлеб пшеничный йодированный	60,00	2,80	0,80	52,80	145,70	0,10	0,01	0,000	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56								
	Хлеб ржаной	75,00	3,90	0,75	10,98	156,00	0,14	0,00	16,435	75	143,1	54,00	21,30	1,79	1,88								
	Итого	965	31,5	32,2	142,47	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0								
		Полдник																					
	Кефир	200,0	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,10	1,40	00	87,91	86,00	5,83	0,19	41,00								
Ж№51	Орехи в ассортименте	50,00	5,30	6,70	25,80	122,00	0,06	0,04	1,20	80	15,70	24,00	11,17	1,20	48,00								
	Фрукт	100,0	0,40	0,00	9,00	52,00	0,02	0,02	4,40	10	16,39	10,00	13,00	0,41	31,00								
	Итого	350	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0								
	Всего		63,0	64,4	268,1	1904,0	0,98	1,12	49,0	630	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0								

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с сахарным диабетом.

№ п/р	Наименование	Выход				Углев- олы	Энергетич ценность	Витамины				Минеральные вещества					
		г	г	г	г			В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	
	Четвертый день	Завтрак															
ТТК№56	Каша пшеничная молочная с растительным маслом.	250,00	8,64	13,14	22,5	327,16	0,21	0,31	16,85	160	176,1	77,66	24,34	1,31	145,858		
ТТК№62	Дйло вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67		
ТТК№27	Кофейный напиток с молоком на заменителе сахара	200,00	3,50	2,50	21,00	90,00	0,02	0,07	0,65	10	60,40	45,00	7,00	0,09	73,60		
	Хлеб пшеничный йодированный	70,00	3,36	0,96	63,36	174,84	0,10	0,012	0,0	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,872		
	Итого	570	22,5	23	107,26	680	0,35	0,4	17,5	225	300	300	75	4,5	300		
		Обед															
ТТК№6	Салат "Здоровье"	100,00	1,7	5,4	5	78	0,03	0,03	1,13	00	42,3	29,7	7,6	0,14	52		
ТТК№16	Суп картофельный с рыбой	250/25	8,30	10	17,36	198,5	0,16	0,15	1,69	120	62,93	157,8	29,6	0,30	58,91		
ТТК№39	Жаркое по-домашнему	200	14,4	11,97	15,31	211,12	0,08	0,21	1,92	110	78,57	155,6	26,5	2,06	117,88		
ТТК№58	Напиток из плодов шиповника на заменителе сахара	200,00	0,2	0,00	19,8	80,00	0,02	0,17	3,33	10	93,10	22,90	18,00	0,70	188,40		
	Хлеб ржаной	100,00	9,14	4,83	72,58	384,38	02	00	16,43	75	143,1	54	21,3	3,1	2,81		
	Итого	875	33,74	32,2	130,05	952	049	056	24,5	315	420	420	103	6,3	420		
		Полдник															
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44,00	13,00	0,41	15,65		
	Сок плодовошной б/сахара	200,00	0,00	0,00	17,40	90,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	89,40		
	Творожок без сахара	100,00	7,30	7,90	7,10	113,0	0,10	0,12	1,02	80	67,61	62,00	7,00	1,19	14,95		
	Итого	400	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120		
	Всего		63,94	63,1	270,74	1867	096	1,1	49	630	840	840	208	12,6	840		

Печеночно – диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с сахарным диабетом

№ п/р	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углев- оды	Энергетич ценность	Витамины				Минеральные вещества					
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, рет.экв/ свт	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг	
	Пятый день	Завтрак														
	Йогурт без сахара.	200,00	3,3	2,5	3,5	98	0,06	0,1	1,4	00	14,35	86	5,83	0,712	41,0	
ТК№57	Каша перловая с растит.маслом	180,0	11,04	16,2	57,5	350,2	0,19	0,22	00	162	00	161,01	16,9	39,53	2,91	203,44
ТК№63	Сыр порциями	20	5,04	3,7	00	42	00	001	03	13	169,15	00	7,5	007	17,4	
ТК№26	Чай на заменителе сахара	200,00	00	0,00	16	65	0,00	00	00	00	00	9,79	5,24	0,00	36,66	
	Хлеб ржаной	60,00	3,12	06	8,78	124,8	01	00	15,8	50	116,5	43,2	16,9	084	1,5	
	Итого	660	22,5	23	85,78	680	035	033	17,5	225	300	300	75	4,5	300	
		Обед														
ТК№14	Салат «Заря»	100,00	07	6,68	7	64	00	0,00	2,74	70	2,5	4,80	2,6	0,08	23,40	
ТК№15	Борщ "Сибирский" со сметаной	250,00	5,94	5,13	19,96	182,02	0,06	0,09	1,44	38	80,93	63,83	6,44	0,09	59,46	
ТК№40	Биточки мясные	100,00	12,06	11,75	10,47	142,15	0,00	0,298	0,00	80	65,42	67,97	8,11	0,23	59,5	
ТК№18	Кабачки тушеные	180,00	5,8	6,98	14,6	153,39	0,19	0,16	2,53	45	73,65	54,66	21,39	0,11	72,02	
	Сок плодово-овощной без сахара	200,00	0,00	0,00	5,00	90,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	202,00	
	Хлеб пшеничный	70,00	3,36	0,96	63,36	174,84	0,1	0,012	0,000	12	38,40	164,34	36,72	2,88	1,87	
	Йодированный	70,00	3,64	07	10,25	145,6	0,14	0,00	15,99	70	143,1	50,4	19,74	0,98	1,75	
	Хлеб ржаной	970	31,5	32,2	130,64	952	049	056	24,5	315	420	420	105	4,57	420	
		Полдник														
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,10	1,40	00	87,91	86,00	5,83	0,19	41,00	
ТК№59	Сухофрукты- чернослив (припущенный)с грецким орехом	60,00	5,3	6,7	25,8	142,0	0,06	0,04	1,42	80	14,16	12,00	8,17	0,70	63,35	
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	4,18	10	17,93	22,00	16,00	0,91	15,65	
	Итого	360	9	9,2	38,3	272	014	016	7,0	90	120	120	30	1,8	120	
	Всего	63	64,4	254,72	1904	098	1,05	49	630	840	840	840	210	10,87	840	

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с сахарным диабетом

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетич. ценность ккал	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, ретиэкв /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг					
	Седьмой День	Завтрак																		
ТТК№61	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев	250	6,9	12,2	69,7	339,4	0,23	0,382	0,00	119	78,28	234,02	18,6	1,38	165,77					
ТТК № 63	Сыр порцирами	20	5,04	3,7	00	42	0,00	0,01	0,18	13	72,07	0,00	7,5	0,07	17,4					
ТТК № 62	Мясо вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67					
ТТК №26	Чай с заменителем сахара	200	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	00	00	0,000	8,05	9,785	5,24	00	36,66					
	Хлеб ржаной	65,00	3,36	0,7	9,51	145,6	0,1	00	15,8	50	116,5	43,2	16,9	098	1,5					
	Итого	585	22,5	23,0	95,61	680,0	0,35	0,4	15,98	225	300,0	300,0	55,18	2,65	300					
		Обед																		
ТТК №177	Салат « Весна»	100,00	1,017	5,07	9,14	97	0,00	0,00	1,25	117	5,75	3,20	3,20	0,15	35,25					
ТТК№12	Суп лапша (из твердых сортов пшеницы) с птицей	250/10	6,4	7,00	12,07	119,25	0,05	0,07	00	51	11,23	38,75	9,02	0,37	92,47					
ТТК№125	Рагу с мясом	200,00	16,143	18,42	16,29	288,41	0,20	0,54	3,65	40	116,5	159,71	20,55	0,61	137,528					
ТТК№ 69	Компот из смеси сухофруктов на заменителе сахара	200,00	0,68	0,00	30,22	116,50	0,00	00	3,17	20	105,0	0,00	14,21	0,50	151,00					
	Хлеб пшеничный	70,00	3,36	0,96	63,36	174,84	0,1	0,012	0,000	12	38,40	164,34	36,72	2,88	1,872					
	Йодированный хлеб ржаной	75,00	3,90	0,75	10,98	156,00	0,14	0,00	16,435	75	143,1	54,00	21,30	1,79	1,88					
	Итого	905	31,5	32,2	142,06	952,0	0,49	0,62	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0					
		Полдник																		
	Сок плодовоовощной б/сахара	200,00	0,00	0,00	11,80	92	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	79,60					
ТТК№53	Сухофрукты - курага (припущенная)с миндальным орехом	70,00	8,60	9,20	17,50	128	0,10	0,14	2,58	90	88,79	90,82	15,62	1,40	19,80					
	Фрукт	100,00	0,40	-	9,00	52,00	0,04	0,02	2,62	00	15,21	15,18	4,38	0,20	20,60					
	Итого	370	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0					
	Всего		63,0	64,4	275,97	1904,0	0,98	1,12	49,0	630	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с сахарным диабетом

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетическая ценность ккал	Витамины					Минеральные вещества						
		г	г	г	г		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, ретиэкв /сут.	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг			
	Восьмой день	Завтрак																
ТТК№52	Запеканка из творога с морковью	225,0	19,04	22,3	33,27	352,2	0,25	0,4	00	165	174,23	239,36	51,51	1,7	211,22			
ТТК№50	Соус из курати на заменителе сахара	65,0	0,00	0,00	27,16	117,20	0,00	0,00	4,07	10	9,27	7,65	1,35	1,82	50,62			
ТТК№26	Чай на заменителе сахара	200,00	0,1	0,00	16,00	65,00	0,00	00	00	0,00	00	9,79	5,24	0,00	36,66			
	Хлеб ржаной/	65,00	3,36	07	9,51	145,6	0,10	00	15,8	50	116,5	43,2	16,9	098	1,5			
	Итого	555	22,5	23,0	85,94	680,0	0,35	0,4	19,87	225	300,0	300,0	75,0	4,5	300			
		Обед																
ТТК№117	Салат «Пестрый»	100,0	0,90	3,5	8,45	79	00	0,012	1,08	110	1,40	13,58	0,025	0,10	0,125			
ТТК№11	Борщ с картофелем капустой со сметаной	250,00	6,56	11,05	27,38	186,26	0,089	0,177	4,63	25	64,87	44,08	10,645	0,080	155,65			
ТТК№42	Рыба запеченная по-гречески	110,00	11,66	6,6	6,76	105,25	0,011	0,179	0,365	63	112,0	130	26,31	0,220	124,473			
ТТК№22	Картофельное пюре с растительным маслом	180,00	5,12	9,34	23,32	159,49	0,15	0,180	0,19	30	44,23	0,00	0,00	0,34	56,40			
	Сок плодовоовощной	200,00	0,00	0,00	11,80	90,00	0,00	0,00	1,80	0,00	16,00	14,00	10,00	0,89	79,60			
	Хлеб пшеничный	70,00	3,36	0,96	63,36	156,0	0,100	0,012	0,000	12	38,40	164,34	36,72	2,88	1,872			
	Йодированный	75,00	3,90	0,75	10,98	176,00	0,14	0,00	16,435	75	143,1	54,00	21,30	1,79	1,88			
	Хлеб ржаной	985	31,5	32,2	152,05	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0			
	Итого	Поддник																
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,05	0,09	1,15	30	82,36	79,92	14,99	0,70	45,60			
	Орехи в ассортименте	50,00	5,30	6,70	25,80	147,70	0,07	0,05	1,67	50	22,21	29,90	5,61	0,80	48,73			
ТТК№51	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	26,30	0,02	0,02	4,18	10	15,43	10,18	9,40	0,30	25,67			
	Итого	350	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0			
	Всего		63,0	64,4	276,29	1904,0	0,98	1,12	51,37	630	840,0	840,0	210,0	12,6	840,0			

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с сахарным диабетом

№ p/p	Наименование	Выход				Энергетич. ценность ккал	Витамины						Минеральные вещества						
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Девятый день	Завтрак																	
ТТК№43	Голубцы ленивые в сметанном соусе	100,00	13,85	17,17	12,54	197,06	0,05	0,295	00	85	167,4	47,9	5,1	1,77	93,9				
ТТК №23	Гречка отварная	200,00	5,29	5,13	66,7	247,34	0,2	0,105	00	90	0,01	195,	43	1,75	167,94				
ТТК №126	Чай с молоком	200	00	0,00	5	90,00	0,00	0,0	1,8	0,00	16	14	10	0,00	36,66				
	Хлеб ржаной.	65,00	3,36	0,7	9,51	145,6	0,1	00	15,8	50	116,5	43,2	16,9	098	1,5				
	Итого	565	22,5	23,0	93,75	680,0	0,35	0,4	17,6	225	300,0	300,0	75,0	4,5	300				
		Обед																	
ТТК№6	Салат «Здоровье»	100,00	1,7	5,4	5,0	78	0,03	0,03	1,13	00	42,13	29,7	7,6	0,14	52				
ТТК№62	Суп картофельный с бобовыми	250	6,8	7,4	22,36	198,36	0,12	0,14	1,69	120	45,70	66,0	16,86	0,31	63,28				
ТТК№ 44	Запеканка картофельная с мясом	200	16,00	17,74	18,42	265	0,1	0,38	3,89	113	136,6	95,02	20,20	2,37	99,41				
ТТК№63	Компот из черносливя на заменителе сахара	200,00	0,00	0,00	24,89	90,00	0,00	0,00	1,80	0,00	26,00	14,00	10,00	0,10	202,00				
	Хлеб пшеничный	70,00	3,36	0,96	63,36	174,84	0,10	0,01	0,00	12	38,4	156,00	30,60	2,40	1,56				
	Йодированный	70,00	3,64	0,70	10,25	145,60	0,14	0,00	15,99	70	143,1	50,40	19,74	0,98	1,75				
	Хлеб ржаной	70,00	3,64	0,70	10,25	145,60	0,14	0,00	15,99	70	143,1	50,40	19,74	0,98	1,75				
	Итого	890	31,5	32,2	144,28	952,0	0,49	0,56	24,5	315	420,0	420,0	105,0	6,3	420,0				
		Полдник																	
	Бифалайф	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,1	1,4	00	87,91	86,0	5,83	0,712	41,0				
	Сухофрукты- яблоки (припущенный)с фундуком	60,00	5,30	6,70	23,00	122,00	0,04	0,04	2,98	90	16,88	18,82	19,79	0,888	40,1				
ТТК № 64	Фрукт	100,00	0,40	-	11,80	52,00	0,04	0,02	2,62	0,00	15,21	15,18	4,38	0,20	38,90				
	Итого	360	9,0	9,2	38,3	272,0	0,14	0,16	7,0	90	120,0	120,0	30,0	1,8	120,0				
	Всего		63,0	64,4	276,3	1904,0	0,98	1,12	49,0	630	840,0	840,0	210,0	12,6	840				

Лечебное- диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет. с сахарным диабетом

№ р/р	Наименование	Выход				Энергетич ценность ккал	Витамины						Минеральные вещества							
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг					
	Одннадацатый день	Завтрак																		
ТТК № 127	Сырники из творога с соусом из кураты	100	8.55	10.84	8.5	186.0	0,01	0,09	0,94	10	117.35	87.52	7.5	1.57	132.06					
ТТК№24	Макаронные изделия (твердых сортов пшеницы) отварные с растительным маслом	200,00	5.25	7.1	40,99	242.36	0,13	0,26	0,00	125	24.2	103.98	35.3	1.92	119.48					
ТТК№ 31	Какао с молоком на заменителн сахара Хлеб ржаной.	200,00 70,00	6,36 3,64	4,36 07	28,05 10,25	106,04 145,6	0,07 014	0,05 00	0,57 15,9	20 70	16,95 143,1	58,10 50,4	16,32 15,88	0,03 0,98	46,71 1,75					
	Итого	570,00	23.8	23.0	87.79	680	035	04	17.5	225	301.6	300	75	4.5	300					
		Обед																		
ТТКС№128	Салат «Овощной»	100	0,8	5,08	5,44	73	00	00	1,25	00	5,75	3,0	3,6	0,15	35,25					
ТТКС№15	Борщ "Сибирский" со сметаной	250,00	5,94	5,13	19,96	182,02	008	009	1,44	38	78,56	63,83	6,44	009	59,46					
ТТКС№ 107	Ежкии мясные	100,00	6,15	11,39	10,44	138,0	0,03	0,21	2,13	190	83,02	57,87	11,71	0,64	23,7					
ТТКС№20	Пюре гороховое	180,00	11,35	9,78	22,51	141,14	0,14	0,25	0,00	0,00	45,17	62,96	15,23	0,65	201,84					
ТТК № 124	Компот из яблок с мандарином	200,00	0,00	0,00	21,60	87,00	0,00	0,00	3,24	0,00	26,0	14,00	10,00	0,10	96,00					
	Хлеб пшеничный	70,00	3,36	0,96	63,36	174,84	0,10	0,012	0,00	12	38,4	164,34	36,72	2,88	1,87					
	Йодированный	75,00	3,9	0,75	10,98	156,0	0,14	0,00	16,44	75	143,1	54,00	21,3	1,79	1,88					
	Хлеб ржаной.	975	31.5	32.2	154.29	952	049	056	24.5	315	420	420	105	6.3	420					
	Итого																			
		Полдник																		
	Бифалайф	200,00	3,70	2,50	3,50	98,00	0,06	0,11	1,00	0,00	87,94	98,00	5,83	0,22	41,00					
ТТКС№3	Сухофрукты- курата (припущенная) с миндальным орехом	55,00	4,9	6,7	25,8	122,0	006	003	1,4	80	14,16	12,0	8,17	07	48,0					
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	52,00	0,02	0,02	4,60	10	17,90	10,00	16,00	0,88	31,00					
	Итого	355	9.0	9.2	38.3	272.0	0,14	0,16	7.0	90	120.0	120.0	30.0	1,8	120.0					
	Всего		64.3	64.4	280.38	1904.0	098	1.12	49.0	630	840.6	840.0	210.0	12.6	840.0					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 12-18 лет с сахарным диабетом.

№ р/р	Наименование	Выход				Энергетич. ценность ккал	Витамины						Минеральные вещества					
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретиол в./сут	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг			
	Двенадцатый день	Завтрак																
ТТК № 65	Каша молочная гречневая	250,00	8,36	13,4	42,39	356,4	0,17	0,25	0,86	102	76	191,6	41,32	3,21	145,98			
ТТК №62	Йогурт вареное	1/50	7,0	6,4	04	88	0,02	0,08	0,00	43	25,1	13,0	6,94	0,22	78,67			
ТТК № 27	Кофейный напиток с молоком на заменителе сахара	200,00	3,50	2,50	21,00	90,00	0,02	0,07	0,65	10	60,40	45,00	7,00	0,09	73,60			
	Хлеб ржаной	70,00	3,64	07	10,25	145,6	0,14	0,00	15,99	70	143,1	50,4	19,74	0,98	1,75			
	Итого	570	22,5	23,0	74,04	680	0,35	0,4	17,5	225	304,6	300	75	4,5	300			
		Обед																
ТТК №7	Салат «Витаминный»	100,00	1,60	4,0	8,9	81,7	0,025	0,03	0,50	0,00	7,4	16,6	4,98	0,78	29,15			
ТТК№8	Суп картофельный с фасолью	250,00	7,55	7,14	21,1	159,13	0,115	0,1	0,17	133	14,62	53,9	4,76	0,29	161,1			
ТТК№66	Птица отварная для первого блюда	5,00	0,36	0,06	0,00	1,95	0,01	0,15	0,04	0,00	1,26	25,78	1,59	0,03	31,60			
ТТК№46	Поджарка из рыбы	110,00	8,34	10,69	7,3	138	0,085	0,14	3,44	100	129,11	17,1	18,97	0,87	53,53			
ТТК№19	Капуста тушеная	180,00	6,65	8,65	7,72	133,78	0,015	0,12	3,59	0,00	77,11	68,64	13,26	0,42	0,00			
ТТК№67	Компот из груш	200,00	0,00	0,00	21,6	117,00	0,00	0,01	0,77	0,00	9,40	23,24	5,20	0,05	141			
	Хлеб пшеничный йодированный	70,00	3,36	0,96	63,36	174,84	0,1	0,012	0,00	12	38	164,34	36,5	2,88	1,872			
	Хлеб ржаной	70,00	3,64	07	10,25	145,6	0,14	0,00	15,99	70	143,1	50,4	19,74	0,98	1,75			
	Итого	985	31,5	32,2	140,23	952	0,49	0,56	24,5	315	420	420	105	6,3	420			
		Полдник																
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	26,30	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44,00	13,00	0,41	15,65			
	Сок плодово-ягодный	200,00	0,00	0,00	17,40	90,00	0,00	0,00	1,80	0,00	16,00	14,00	10,00	0,20	89,40			
ТТК№51	Орехи в ассортименте	70,00	8,6	9,2	11,9	155,7	0,12	0,14	1,02	80	67,61	62,00	7,00	1,19	14,95			
	Итого	370	9,0	9,2	38,3	272	0,14	0,16	7,0	90	120	120	30	1,8	120			
	Всего	63,0	64,4	252,57	1904	0,98	1,12	49	630	844,6	840,0	210,0	12,6	840,0				

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет. с сахарным диабетом

№ п/р	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углевод- оды	Энергетич ценность ккал	Витамины						Минеральные вещества						
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол в/сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Первый день																		
	Завтрак																		
ТК №32	Птица тушеная с овощами	90,00	8,470	10,6	0,5	131,0	0,040	0,24	0,000	52	7,1	51,130	0,360	1,21	107,21				
ТК №24	Макаронные изделия из твердых сортов пшеницы отварные с растительным маслом	170,00	3,64	4,95	42,43	232,94	0,180	0,092	0,000	60	17,9	178,08	35,3	1,02	112,48				
ТК№63	Сыр порциями	20,00	5,040	3,700	0,0	42,0	0,000	0,01	0,240	13	144,150	0,000	7,500	0,070	17,4				
ТК№30	Чай с лимоном с заменителем сахара	200/10	0,10	0,0	16	65	0,000	00	14,760	00	6,45	9,790	5,240	0,000	36,66				
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	00	50	116,50	36,00	14,10	0,70	1,25				
	Итого	540	19,85	19,75	66,25	574,94	0,32	0,342	15	175	292,1	275	62,5	3	275				
				Обед															
ТК№4	Салат из свежих помидор с растительным маслом	60,00	0,60	3,66	4,62	52,2	0,078	0,01	4,16	140	1,40	13,58	0,025	0,035	0,13				
ТК№10	Суп из овощей	200,00	5,8	6,23	10,33	113,50	0,11	0,13	1,49	45	98,77	101,78	19,185	0,065	115,02				
ТК№68	Мясо отварное для первого блюда	6,00	1,20	0,20	0,00	6,51	0,012	0,18	0,04	00	1,26	25,74	2,59	0,30	31,60				
ТК№33	Плов с перловой крупой.	160,00	13,79	16,26	38,08	313,59	0,00	0,00	0,03	00	1,47	27,00	0,00	0,00	35,34				
ТК№28	Компот из кураги с заменителем сахара	200,00	0,16	0,00	21,6	87	0,02	0,16	3,24	00	133,60	24,90	21,00	0,70	200,10				
	Хлеб пшеничный йодированный	60,00	2,80	0,80	52,8	145,70	0,10	0,01	0,000	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56				
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,50	36,00	14,10	0,70	1,25				
	Итого	736	26,95	27,65	134,75	822,5	0,42	0,49	22,49	245	385,0	385,0	87,50	4,2	385				
				Полдник															
	Вифилайф	200,00	3,70	2,50	3,50	98,00	0,06	0,11	1,00	00	87,94	98,00	5,83	0,22	41,00				
ТКС1	Орехи в ассортименте	30,00	3,60	5,40	21,00	85	0,04	0,0100	0,40	60	4,16	2,00	3,17	0,10	38,00				
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	52,00	0,02	0,02	4,60	10	17,90	10,00	16,00	0,88	31,00				
	Итого	330	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110				
	Всего		54,5	55,3	234,5	1632,4	0,84	0,98	43,49	490	787,1	770,0	175,0	8,4	770,0				

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с сахарным диабетом

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетич. ценность	Витамины						Минеральные вещества					
		г	г	г	г		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, ретиэкв /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг			
	Третий день	Завтрак																
ТТК№58	Шницель мясной	90,00	11,22	14,16	2,16	218,04	0,09	0,2	0,37	82	230,87	42,54	8,15	0,95	110,36			
ТТК№54	Кабачки тушеные с гречневой крупой	160,00	3,75	3,75	20,67	170,40	0,12	0,095	0,90	85	7,71	79,355	20,30	0,77	115,43			
ТТК №55	Соус томатный с овощами без сахара	20,00	2,00	1,20	1,18	13,50	0,01	0,055	13,73	00	2,77	7,49	4,33	0,11	11,30			
ТТК№26	Чай с заменит. сахара	200,00	0,10	0,00	16	65	0,00	00	00	00	8,05	9,79	5,24	0,00	36,66			
	Хлеб пшеничный йодированный	30,00	2,08	0,64	37,5	116,56	0,08	00	0,000	8	25,6	135,83	24,48	1,17	1,25			
	Итого	500	19,15	19,75	77,51	583,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3	275			
		Обед																
ТТК №113	САЛАТ «ОСЕННИЙ»	60,00	0,04	3,12	3,94	47	0,002	0,00	2,74	58	2,00	4,80	2,20	0,06	23,40			
ТТК №13	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200,00	5,57	7,88	17,05	151,59	0,02	0,13	1,391	00	39,4	81,35	3,94	0,36	16,51			
ТТК№35	Птица «Золотистая»	90,00	11,07	7,75	3,87	132	0,028	0,09	0,009	82	24,5	88,85	15,25	0,08	143,65			
ТТК№22	Картофельное пюре с маслом растительным	150,00	4,39	7,78	18,60	150,73	0,13	0,15	0,16	25	39,0	0,00	0,00	0,10	47,00			
ТТК№69	Компот из смеси с/фруктов с заменителем сахара	200,00	0,68	0,00	30,22	116,50	0,00	0,11	3,17	20	105,0	0,00	14,21	0,50	151,00			
	Хлеб пшеничный йодированный	30,00	2,08	0,64	37,5	116,56	0,10	0,01	0,000	10	32,0	156,00	30,60	2,40	1,56			
	Хлеб ржаной	80,00	4,16	0,8	11,71	166,4	0,14	0,00	15,99	50	143,1	54,0	21,3	1,79	1,88			
	Итого	810	27,99	27,97	122,89	880,78	0,42	0,49	23,46	245	385,0	385,0	87,50	5,29	385			
		Полдник																
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,10	1,40	00	87,91	86,00	5,83	0,19	41,00			
ТТК №51	Орехи в ассортименте	30	3,6	5,4	21	105	0,04	0,02	0,20	60	5,70	14,00	6,17	0,60	38,00			
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32,00	0,02	0,02	4,40	10	16,39	10,00	13,00	0,41	31,00			
	Итого	330	7,3	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110			
	Всего	54,4	54,4	55,6	233,9	1699,28	0,84	0,98	44,46	490	770,0	770,0	175,0	9,49	770,0			

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с сахарным диабетом.

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углев- оды	Энергетич ценность	Витамины					Минеральные вещества				
		г	г	г	г	ккал	В1, мг	В2 мг	С мг	А, рет.экв/ сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	
	Четвертый день															
	Завтрак															
ТК№56	Каша пшеничная молочная с растительным маслом	200,00	5,95	10,05	20,55	263,8	0,16	0,262	14,35	112	157,5	61,00	17,96	0,29	121,17	
ТК№62	Йогур вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67	
ТК№27	Кофейный напиток с молоком на заменителе сахара	200,00	3,50	2,50	21,00	90,00	0,02	0,07	0,65	10	60,40	45,00	7,00	0,09	73,60	
	Хлеб пшеничный йодированный	50,00	2,80	0,80	42,24	145,70	0,10	0,01	0,000	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56	
	Итого	500	19,25	19,75	84,19	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3	275	
			Обед													
ТК№6	Салат "Здоровье"	90,00	1,54	3,29	4,62	55,00	0,02	0,02	0,93	00	35,10	28,58	7,6	0,08	31,20	
ТК № 16	Суп картофельный с рыбой	200/20	5,80	10,0	16,0	176,0	0,11	0,13	0,49	85	50,1	141,3	23,21	0,20	52,80	
ТК№39	Жаркое по-домашнему	150,00	12,9	10,5	11,9	196,0	0,07	0,17	0,72	75	63,60	138,22	17,39	0,12	109,79	
ТК№ 58	Напиток из плодов шиповника на заменителе сахара	200,00	0,2	00	19,8	80,00										
	Хлеб ржаной	90,00	6,51	3,86	64,93	315,5	0,20	00	15,99	75	143,1	54,0	21,3	3,1	2,81	
	Итого	750	26,95	27,65	117,25	822,5	0,42	0,49	21,46	245	385,0	385,0	87,50	4,2	385	
			Полдник													
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44,00	13,00	0,41	15,65	
	Сок плодовошной б/сахара	200,00	0,00	0,00	17,40	90,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	89,40	
	Творожок без сахара	100,00	7,30	7,90	7,10	113,0	0,10	0,12	0,02	60	57,61	52,00	2,00	0,59	4,95	
	Итого	400	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110	
	Всего		53,9	55,3	234,9	1645	0,84	0,98	42,46	490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0	

Лечебно – диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет. с сахарным диабетом

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетич ценность	Витамины					Минеральные вещества						
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг		
	Пятый день	Завтрак																
	Йогурт без сахара	200,00	3,3	2,5	3,5	98	0,06	0,1	1,23	00	14,35	86	5,83	0,712	41,0			
ТК№57	Каша перловая с растит.маслом	150,00	8,21	13,05	56,93	278,5	0,14	0,17	00	112	00	143,21	29,83	1,518	178,69			
ТК№63	Сыр порциями	20	5,04	3,7	00	42	00	001	024	13	144,15	00	7,5	007	17,4			
ТК№26	Чай на заменителе сахара	200,00	00	0,00	16	65	0,00	00	00	00	00	9,79	5,24	0,00	36,66			
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,50	36,00	14,10	0,70	1,25			
	Итого	620	19,15	19,75	83,75	587,5	0,3	0,28	15	175	275	275	62,5	3	275			
		Обед																
ТК№14	Салат «Заря»	60,00	0,04	5,12	4,2	64	0,00	0,00	2,74	70	2,00	4,80	2,20	0,06	23,40			
ТК№15	Борщ "Сибирский" со сметаной	200,00	4,85	4,10	15,24	164,00	0,06	0,08	1,15	27	78,56	61,46	5,15	0,07	49,968			
ТК№40	Биточки мясные	90,00	11,82	11,28	9,42	133,05	0,00	0,258	0,00	62	65,42	55,45	6,73	0,20	58,52			
ТК№18	Кабачки тушеные	150,00	4,28	5,69	14,27	92,11	0,14	0,14	1,78	24	68,12	48,95	12,60	0,09	47,99			
	Сок плодовошной без сахара	200,00	0,00	0,00	5,00	90,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	202,00			
	Хлеб пшеничный йодированный	70,00	3,36	0,96	63,36	174,84	0,100	0,012	0,000	12	38,40	164,34	36,72	2,88	1,872			
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,50	36,00	14,10	0,70	1,25			
	Итого	820	26,95	27,65	118,81	822,0	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385,0	87,50	4,2	385			
		Полдник																
	Кефир	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,10	1,40	00	87,91	86,00	5,83	0,19	41,00			
ТК№59	Сухофрукты-чернослив (притупленный)с грецким орехом	50,00	4,00	5,40	21,00	110,70	0,04	0,020	0,42	60	4,16	2,00	3,17	0,10	53,35			
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	4,18	10	17,93	22,00	16,00	0,91	15,65			
	Итого	350	7,7	7,9	33,5	240,7	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110			
	Всего		53,9	55,3	236,06	1650,2	0,84	0,91	42,0	490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0			

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с сахарным диабетом

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетич ценность ккал	Витамины					Минеральные вещества					
		г	г	г	г		В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретиэкв /сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг		
	Шестой день	Завтрак															
ТТК№60	Омлет	150,00	11,81	15,12	17,9	279,5	0,07	0,11	0,0	105	58,47	82,9	26,25	2,05	186,04		
	Бифилайф	200,00	3,3	2,5	3,5	98	0,06	0,1	1,4	0,0	87,94	98	5,83	0,22	41		
ТТК№29	Чай с молоком с заменит. сахара	200,00	1,54	1,63	28,05	106	0,07	0,05	0,57	20	12,09	58,10	16,32	0,03	46,71		
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25		
	Итого	600	19,25	19,75	56,77	587,5	0,3	0,26	15,5	175	275	275	62,5	3	275		
		Обед															
ТТК №5	Салат "Свеколка"	60,0	1,00	2,45	3,44	56,00	0,02	0,030	0,98	0,0	28,80	22,58	5,03	0,02	56,23		
ТТК №14	Суп картофельный с речневой крупой с пшпцей	200/20	7,43	6,30	10,80	126,65	0,00	0,030	0,48	13	18,31	76,53	6,72	0,02	125,86		
ТТК №41	Рыба запеченная в сметанном соусе	90,00	9,40	12,10	6,94	131,45	0,17	0,12	2,77	170	146,89	29,10	6,02	0,09	0,00		
ТТК №25	Картофель отварной	150,00	3,60	4,50	29,35	171,70	0,01	0,13	0,00	2	8,90	39,89	4,03	0,27	104,1		
ТТК№124	Компот из яблок с мандарином	200,00	0,0	0,00	21,60	87,00	0,0	0,0	3,24	0,0	33,60	24,90	21,00	0,70	96,0		
	Хлеб пшеничный йодированный	60,00	2,80	0,80	52,80	145,70	0,10	0,01	0,000	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56		
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25		
	Итого	830	26,83	26,65	132,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385,0	87,50	4,2	385		
		Полдник															
	Сок плодовоовощной б/сахара	200,00	0,0	0,0	11,8	92,00	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,70	45,60		
ТТК№51	Орехи в ассортименте	60,00	6,9	7,90	25,8	105,00	0,03	0,03	0,13	30	12,43	14,90	5,63	0,30	25,50		
	Фрукт	100,00	0,40	-	11,80	52,00	0,04	0,02	2,62	0,0	15,21	15,18	4,38	0,20	38,90		
	Итого	360	7,7	7,9	49,4	249	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110		
	Всего		53,4	54,3	238,4	1659	0,84	0,89	42,5	490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0		

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с сахарным диабетом.

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетич. ценность	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, ретиэкв./сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Седьмой день	Завтрак																		
ТТК№61	Каша вязкая молочная из овсяных хлопьев.	200	4,41	9,15	34,3	249	0,18	0,257	0,00	109	53,28	216,215	12,22	0,31	141,02					
ТТК №63	Сыр порциями	20,00	5,04	3,7	0,00	42	0,00	0,01	0,18	13	72,07	00	7,5	0,07	17,4					
ТТК № 62	Йогур вареное	1/50	7,00	6,40	0,40	88,00	0,02	0,008	0,00	43	25,10	13,00	6,94	0,22	78,67					
ТТК №26	Чай с заменителем сахара.	200	0,20	0,00	16,00	65,00	0,00	0,075	00	00	8,05	9,785	5,24	0,00	36,66					
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25					
	Итого	520	19,25	19,75	58,02	548	0,3	0,35	13,71	215	275	275	46	1,3	275					
		Обед																		
ТТК№ 177	Салат « Весна»	60,00	0,61	5,07	9,14	84	0,00	0,00	1,00	95	4,60	2,80	2,80	0,12	28,2					
ТТК№ 12	Суп лапша (из твердых сортов пшеницы) с птицей	200/10	5,72	5,60	11,0	115,8	0,04	0,05	00	30	10,38	30,49	5,24	0,17	78,30					
ТТК№ 125	Рагу с мясом	170,00	15,22	15,68	15,61	270	0,18	0,43	3,62	40	116,5	159,71	20,55	0,31	124,69					
ТТК№69	Компот из смеси сухофруктов на заменителе сахара	200,00	0,68	0,00	30,22	116,50	0,00	00	3,17	20	105,0	0,00	14,21	0,50	151,00					
	Хлеб пшеничный йодированный	60,00	2,80	0,80	63,36	145,70	0,10	0,01	0,000	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56					
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25					
	Итого	740	27,63	27,65	136,65	836	0,42	0,49	21,3	245	385	385	87,5	4,2	385					
		Полдник																		
	Сок плодовоовощной б/сахара	200,00	0,00	0,00	11,80	92,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	79,60					
ТТК№53	Сухофрукты- курага (припушенная)с миндальным орехом	60,00	7,30	7,90	12,70	91,00	0,08	0,12	1,58	70	78,79	80,82	10,62	0,80	9,80					
	Фрукт	100,00	0,40	-	9,00	52,00	0,04	0,02	2,62	00	15,21	15,18	4,38	0,20	20,60					
	Итого	360	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110					
	Всего		54,58	55,3	228,17	1619	0,84	0,98	41,01	520	770,0	770,0	158,5	6,7	770,0					

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с сахарным диабетом

№ р/р	Наименование	Выход				Энергетич ценность	Витамины							Минеральные вещества				
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол/ свт	Са, мг	Р, мг	Мг, мг	Fe, мг	К, мг		
	Восьмой день																	
	Завтрак																	
ТТК№52	Запеканка из творога с морковью	200,00	16,65	19,25	33,27	315,5	0,2	0,35	00	116	151,92	212,78	42	1,37	186,47			
ТТК № 50	Соус из кураги на заменителе сахара	60,00	0,00	0,00	27,16	103	0,00	0,00	1,47	9	6,58	7,65	1,16	0,93	50,62			
ТТК №26	Чай на заменителе сахара	200,00	01	00	16	65	0,0	00	00	00	00	9,79	5,24	00	36,66			
	Хлеб ржаной.	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25			
	Итого	510	19,35	19,75	83,75	587,5	03	035	15	175	275	266,2	62,5	3,0	275			
ТТК№ 117	Салат « Пестрый»	60,00	0,72	3,1	7,19	59	0,02	0,01	0,93	90	1,12	10,86	0,02	0,08	0,10			
ТТК№11	Борщ с картофелем капустой со сметаной	200,00	5,89	9,00	21,10	166,50	0,060	0,148	4,25	20	63,78	36,26	8,51	0,06	138,38			
ТТК№42	Рыба запеченная по-гречески	100,00	10,11	6,31	5,88	95,25	0,01	0,17	0,33	48	110,2	123,54	18,15	0,18	116,798			
ТТК№ 22	Картофельное пюре с растительным маслом	150,00	4,27	7,78	18,60	132,91	0,13	0,15	0,16	25	39,00	00	0,00	0,10	47,00			
	Сок плодовоощной б/сахара	200,00	0,00	0,00	11,80	90,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	79,60			
	Хлеб пшеничный	70,00	3,36	0,96	63,36	174,84	0,100	0,012	0,000	12	38,40	164,34	36,72	2,88	1,872			
	Йодированный Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25			
	Итого	830	26,95	27,65	135,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385,0	87,50	4,2	385			
			Полдник															
	Молоко	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,05	0,09	3,25	40	82,36	79,92	14,99	0,70	45,60			
ТТК№51	Орехи в ассортименте	35,00	4,00	5,40	21,00	105	0,05	0,03	0,67	30	4,16	2,0	3,17	0,20	38,73			
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	32	0,02	0,02	2,08	00	23,48	28,08	7,14	0,30	25,67			
	Итого	335	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,3	1,2	110			
	Всего		54	55,3	252,5	1645	0,84	0,98	42,0	490	770,0	761,2	175,3	8,4	770,0			

Лечебно-диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет с сахарным диабетом.

№ п/р	Наименование	Выход				Энергетич. ценность	Витамины							Минеральные вещества						
		г	г	г	г		ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, рети. экв./сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг				
	Девятый день																			
		Завтрак																		
ТТК№ 43	Голубцы ленивые в сметанном соусе	90,00	13,61	14,3	12,27	160,56	0,04	0,177	00	65	142,42	46,92	3,1	1,28	83,86					
ТТК № 23	Гречка отварная	180,00	4,04	4,95	59,93	232,94	0,18	0,093	0,00	60	008	178,08	20,54	1,02	153,23					
ТТК №126	Чай с молоком	200	00	0,00	5	90	0,00	00	1,8	00	16	14	10	000	36,66					
	Хлеб ржаной.	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25					
	Итого	520	19,25	19,75	84,52	587,5	0,3	0,27	15,3	175	275	275	62,5	3	275					
		Обед																		
ТТК№6	Салат «Здоровье»	60,00	09	3,1	4,0	51,00	0,01	0,02	093	00	30,17	28,58	6,28	0,02	31,2					
ТТК№62	Суп картофельный с бобовыми	200	5,80	7,25	16,0	176,0	0,11	0,12	1,49	95	44,70	60,67	11,51	0,20	52,80					
ТТК№44	Запеканка картофельная с мясом	150,00	15,9	16,0	11,47	255,8	0,10	0,34	3,25	90	135,63	89,75	13,69	0,78	81,74					
ТТК№63	Компот из чернослива на заменителе сахара	200,00	0,00	0,00	24,89	90,00	0,00	0,00	1,80	00	26,00	14,00	10,00	0,10	202,00					
	Хлеб пшеничный	60,00	2,80	0,80	52,8	145,70	0,10	0,01	0,00	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56					
	йодированный	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25					
	Хлеб ржаной.	720	28,0	27,65	116,48	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385,0	87,50	4,2	385					
	Итого																			
		Полдник																		
	Бифилайф	200,00	3,30	2,50	3,50	98,00	0,06	0,1	1,4	00	87,91	86	5,83	0,712	41,0					
ТТК№64	Сухофрукты – яблоки (притушенный) с фундуком	50,00	4,00	5,40	18,20	85,00	0,02	0,02	1,98	70	6,88	8,82	14,79	0,288	30,1					
	Фрукт	100,00	0,40	00	11,80	52,00	0,04	0,02	2,62	00	15,21	15,18	4,38	0,20	38,90					
	Итого	350	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110					
	Всего		54,95	55,3	234,5	1645	0,84	0,90	42,0	490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0					

Лечебное- диетическое меню для организации питания детей 7-11 лет. с сахарным диабетом

№ п/р	Наименование	Выход				Углев- олы	Энергетич ккал	Витамины						Минеральные вещества						
		г	г	г	г			В1, мг	В2 мг	С мг	А, ретинол /сут.	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг				
Одиннадцатый день		Завтрак																		
ТТК№127	Сырники из творога с соусом из кураги	90	6,71	9,94	7,49	184,42	0,01	0,09	0,72	10	45,25	87,52	6,760	1,5	124,66					
ТТК№24	Макаронные изделия из твердых сортов пшеницы отварные с растительным маслом	160,00	3,58	4,95	37,5	193,04	0,14	0,014	0,00	31	17,9	93,38	19,7	0,54	89,64					
ТТК№31	Какао с молоком на заменителе сахара	200,00	6,36	4,36	28,05	106,04	0,07	0,05	0,57	20	16,95	58,10	16,32	0,03	46,71					
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25					
	Итого	500,00	19,25	19,75	80,36	587,5	0,32	0,27	15	175	275	275	62,5	2,82	275					
			Обед																	
ТТК№128	Салат « Овощной»	60	0,48	3,08	3,44	53	0,00	0,00	1,0	0,00	4,6	2,8	2,8	0,12	28,2					
ТТК№15	Борщ "Сибирский" со сметаной	200,00	4,85	4,10	15,24	164,00	0,06	0,08	1,15	24	78,56	64,66	5,15	0,07	49,97					
ТТК№107	Ежжики мясные	90,00	5,27	11,39	10,4	132,15	0,02	0,19	2,08	161	82,94	50,74	10,93	0,56	19,60					
ТТК№20	Пюре гороховое	150,00	10,95	7,78	21,45	136,65	0,14	0,21	0,00	0,00	44,40	60,80	13,92	0,25	188,42					
ТТК№124	Компот из яблок с мандарином	200,00	0,00	0,00	21,6	87,00	0,00	0,00	3,24	0,00	26,00	14,00	10,00	0,10	96,00					
	Хлеб пшеничный	60,00	2,80	0,80	52,80	145,70	0,10	0,01	0,00	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56					
	Йогуртовый	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25					
	Хлеб ржаной.	810	26,95	27,65	132,25	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385,0	87,50	4,2	385					
	Итого		Полдник																	
	Бифилайф	200,00	3,70	2,50	3,50	98,00	0,06	0,11	1,00	0,00	87,94	98,00	5,83	0,22	41,00					
ТТК№53	Сухофрукты- курага (припущенная) с миндальным орехом	50,00	3,60	5,40	21,00	85,00	0,04	0,01	0,40	60	4,16	2,00	3,17	0,10	38,00					
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	52,00	0,02	0,02	4,60	10	17,90	10,00	16,00	0,88	31,00					
	Итого	350	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110					
	Всего		53,9	55,3	231,11	1645	0,86	0,9	42,0	490	770,0	770,0	175,0	8,22	770,0					

Примерное меню горячих завтраков и обедов для организации питания детей 7-11 лет с сахарным диабетом

№ п/п	Наименование	Выход					Энергетич. ценность					Витамины					Минеральные вещества				
		г	г	г	г	г	ккал	В1, мг	В2, мг	С, мг	А, ретиэкв/сут	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг					
Двенадцатый день																					
Завтрак																					
ТТК № 65	Каша молочная гречневая	200,00	6,15	10,35	34,55	305,5	0,16	0,2	0,82	75	73	181	34,46	1,99	121,48						
ТТК №62	Йогурт вареное	1/50	7,0	6,4	04	88	0,02	0,08	0,00	40	25,1	13,0	6,94	0,22	78,67						
ТТК № 27	Кофейный напиток с молоком на заменителе сахара	200,00	3,50	2,50	21,00	90,00	0,02	0,07	0,65	10	60,40	45,00	7,00	0,09	73,60						
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25						
	Итого	500	19,25	19,75	63,27	587,5	0,3	0,35	15	175	275	275	62,5	3	275						
Обед																					
ТТК № 7	Салат «Витаминный»	60,00	1,00	2,42	5,34	61,00	0,02	0,02	0,40	00	6,90	13,04	2,99	0,07	19,49						
ТТК№8	Суп картофельный с фасолью	200,00	7,43	6,30	19,28	143,40	0,10	0,075	0,14	120	14,09	50,60	3,01	0,16	139,86						
ТТК№66	Птица отварная для первого блюда	5,00	0,36	0,06	0,00	1,95	0,01	0,15	0,04	00	1,26	25,78	1,59	0,03	31,60						
ТТК№ 46	Поджарка из рыбы	100,00	7,18	9,79	5,79	127,55	0,08	0,117	3,22	65	129,08	16,20	17,15	0,61	50,24						
ТТК№19	Калуста тушеная	150,00	5,58	7,78	6,72	121,90	0,01	0,108	2,90	00	75,77	64,14	12,86	0,18	0,00						
ТТК№67	Компот из груш	200,00	00	0,00	21,6	117,00	0,00	0,01	0,77	00	9,40	23,24	5,20	0,05	141						
	Хлеб пшеничный йодированный	35,00	2,80	0,80	28,84	145,70	0,10	0,01	0,00	10	32,00	156,00	30,60	2,40	1,56						
	Хлеб ржаной	50,00	2,60	0,50	7,32	104,00	0,10	0,00	13,53	50	116,5	36,00	14,10	0,70	1,25						
	Итого	800	26,95	27,65	121,69	822,5	0,42	0,49	21,0	245	385,0	385,0	87,50	4,2	385						
Полдник																					
	Фрукт	100,00	0,40	0,00	9,00	26,30	0,02	0,02	4,18	10	36,39	44,00	13,00	0,41	15,65						
	Сок плодово-ягодный	200,00	0,00	0,00	17,40	90,00	0,00	0,00	1,80	00	16,00	14,00	10,00	0,20	89,40						
ТТК№51	Орехи в ассортименте	60,00	7,30	7,90	7,10	118,70	0,10	0,12	0,02	60	57,61	52,00	2,00	0,59	4,95						
	Итого	360	7,7	7,9	33,5	235	0,12	0,14	6,0	70	110,0	110,0	25,0	1,2	110						
	Всего		53,9	55,3	218,46	1645	0,84	0,98	42,0	490	770,0	770,0	175,0	8,4	770,0						