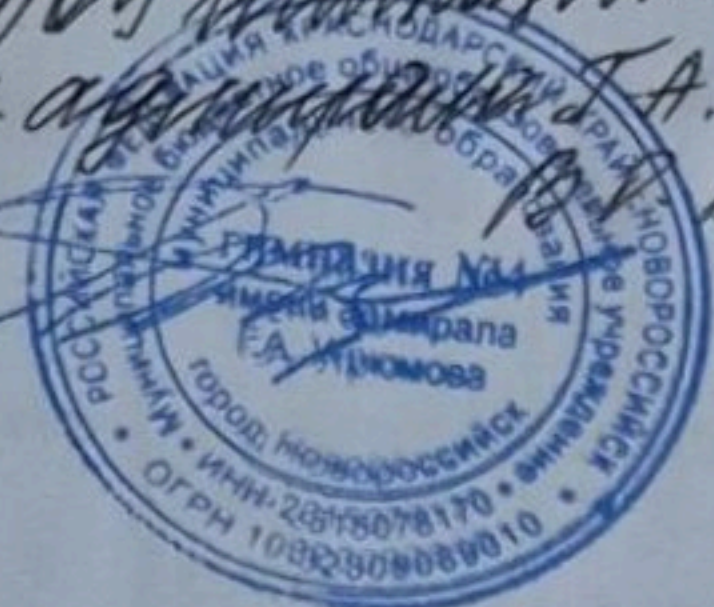


Сотна совещию:  
Директор  
МБОУ гимназии №4  
г.м. А.А. Урманова  
Бедровити



"УТВЕРЖДАЮ"  
Директор ООО "Торговый дом Кубань"



А.Л.Жваков

Россия Краснодарский край  
ПРИЛОЖЕНИЕ

К ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД  
ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ  
ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

ПЕРИОД:

2023 - \_\_\_\_ г.г.

Возрастная категория: 12 лет и старше

меню разработано согласно:

Методическим рекомендациям МР 2.4.0162-19.

2023 г.



ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                      | Наименование блюда               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>центуры<br>ТК / ТТК | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|------------------------------------|----------------------------------|--------------|------------------------|-----------|---------------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
|                                    |                                  |              | белки<br>Б             | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                               |                                |
| неделя<br><br>1 -я<br>День<br>1 -й | ЗАВТРАК                          |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                    | Каша пшѐнная рассыпчатая         | 160          | 6,99                   | 6,49      | 39,53         | 243,85                          | 32                            | 206/21                         |
|                                    | Мясо отварное в бульоне          | 90           | 18,09                  | 18,00     | 0,09          | 234,00                          | 53                            | МР/2 26/19                     |
|                                    | Чай с сахаром                    | 200          | 0,2                    | 0         | 15            | 57,00                           | 74                            | МР/11.9/19                     |
|                                    | Хлеб безглютеновый *             | 20           | 2,03                   | 3,4       | 11,54         | 92,49                           | 9                             | Пром.пр.                       |
|                                    | Плоды свежие ( яблоко )          | 120          | 0,48                   | 0,48      | 11,76         | 52,80                           | 79                            | 82 / 21                        |
| итого за завтрак                   |                                  | 590          | 27,78                  | 28,37     | 77,92         | 680,13                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.           |                                  | 25%          | 26,00                  | 26,98     | 97,30         | 734,75                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                  |              | 1,71                   | 1,30      | -4,98         | -1,86                           |                               |                                |
| неделя<br><br>1 -я<br>День<br>1 -й | ОБЕД                             |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                    | Огурец свежий в нарезке          | 70           | 0,49                   | 0,07      | 1,33          | 8,00                            | 1                             | МР/8.2 /19                     |
|                                    | Борщ с капустой и картофелем     | 300          | 2,758                  | 5,123     | 11,532        | 109,20                          | 10                            | ТТК/82/17                      |
|                                    | Рагу из птицы                    | 230          | 21,87                  | 16,76     | 19,89         | 317,06                          | 43                            | 376/21                         |
|                                    | Какво с молоком и витаминами *** | 200          | 3,9                    | 3,10      | 25,16         | 145,00                          | 77                            | 502/21                         |
|                                    | Хлеб безглютеновый *             | 30           | 3,05                   | 5,10      | 17,31         | 138,73                          | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за обед                      |                                  | 830          | 32,06                  | 30,155    | 0,06          | 717,99                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.           |                                  | 35%          | 36,40                  | 37,77     | 136,22        | 1028,65                         |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                  |              | -4,17                  | -7,05     | -34,98        | -10,57                          |                               |                                |
| неделя<br><br>1 -я<br>День<br>1 -й | ПОЛДНИК                          |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                    | Чай с сахаром                    | 180          | 0,18                   | 0         | 13,5          | 51,30                           | 74                            | МР/11.9/19                     |
|                                    | Икра из кабачков                 | 60           | 0,5                    | 2,4       | 3,3           | 40,00                           | 8                             | МР/8.20/19                     |
|                                    | Хлеб безглютеновый *             | 10           | 1,015                  | 1,7       | 5,77          | 41,20                           | 9                             | Пром.пр.                       |
|                                    | Плоды свежие (банан)***          | 120          | 2,16                   | 4,72      | 20,638        | 133,67                          | 80                            | 82 / 21                        |
| итого за полдник                   |                                  | 370          | 3,86                   | 8,823     | 43,21         | 266,17                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.           |                                  | 10%          | 10,40                  | 10,79     | 38,92         | 293,90                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    |                                  |              | -6,29                  | -1,82     | 1,10          | -0,94                           |                               |                                |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 59,84 | 58,53 | 77,98  | 1398,12 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 60%    | 62,40 | 64,74 | 233,52 | 1763,40 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -2,46 | -5,76 | -39,96 | -12,43  |

|                                 |        |       |        |         |
|---------------------------------|--------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД и ПОЛДНИК</b> | 35,92  | 38,98 | 43,27  | 984,16  |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 45%    | 46,80  | 48,56 | 175,14 | 1322,55 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -10,47 | -8,88 | -33,88 | -11,51  |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 63,70 | 67,35 | 121,19 | 1664,29 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 70%              | 72,80 | 75,53 | 272,44 | 2057,30 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | -8,75 | -7,58 | -38,86 | -13,37  |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.



ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда            | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>ТК / ТТК | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|-------------------------------|--------------|------------------------|-----------|---------------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                               |              | белки<br>Б             | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>2 -й  | <b>ЗАВТРАК</b>                |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Помидор свежий в нарезке      | 70           | 0,82                   | 0,1167    | 2,684         | 14,934                          | 2                             | МР/8.1/19                      |
|                                 | Плов из риса с отварным мясом | 250          | 20,30                  | 23,10     | 48,50         | 488,00                          | 58                            | МР/2.10а/19                    |
|                                 | Компот из смеси сухофруктов   | 200          | 0                      | 0         | 35,40         | 140,00                          | 68                            | МР/11.6/17                     |
|                                 | Хлеб безглютеновый*           | 30           | 3,05                   | 5,10      | 17,31         | 138,73                          | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за завтрак                |                               | 550          | 24,17                  | 28,32     | 103,90        | 781,66                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                               | 25%          | 26,00                  | 26,98     | 97,30         | 734,75                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                               |              | -1,76                  | 1,24      | 1,70          | 1,60                            |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>2 -й  | <b>ОБЕД</b>                   |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Икра морковная                | 60           | 1,03                   | 4,38      | 4,53          | 60,10                           | 6                             | МР/8.9а/19                     |
|                                 | Суп с крупой (гречка)         | 250          | 3,21                   | 3,83      | 11,81         | 94,74                           | 18                            | ТТК/115/17                     |
|                                 | Омлет с птицей и / овощи      | 165          | 29,82                  | 17,98     | 2,12          | 291,22                          | 41                            | 274/21                         |
|                                 | консервированные отварные     | 35           | 0,91                   | 1,09      | 1,804         | 22,008                          | 41                            | 157/21                         |
|                                 | Молоко кипячёное ***          | 200          | 5,8                    | 5,00      | 9,60          | 107,00                          | 76                            | 385/17                         |
|                                 | Хлеб безглютеновый *          | 30           | 3,05                   | 5,10      | 17,31         | 138,73                          | 9                             | Пром.пр.                       |
|                                 | Фрукты свежие (яблоко)        | 120          | 0,48                   | 0,48      | 11,76         | 52,80                           | 79                            | 82/21                          |
| итого за обед                   |                               | 860          | 44,31                  | 37,85     | 58,94         | 766,60                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                               | 35%          | 36,40                  | 37,77     | 136,22        | 1028,65                         |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                               |              | 7,60                   | 0,08      | -19,86        | -8,92                           |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>2 -й  | <b>ПОЛДНИК</b>                |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Чай с сахаром и лимоном       | 200          | 0,3                    | 0,1       | 15,2          | 59,00                           | 75                            | МР/11.10/19                    |
|                                 | Биточек рисовый с морковью    | 120          | 2,53                   | 7,37      | 20,65         | 158,06                          | 38                            | 193/17                         |
|                                 | и / джем абрикосовый          | 30           | 0,149                  | 0,0165    | 15,447        | 62,54                           | 38                            |                                |
| итого за полдник                |                               | 350          | 2,98                   | 7,49      | 51,29         | 279,59                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                               | 10%          | 10,40                  | 10,79     | 38,92         | 293,90                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                               |              | -7,13                  | -3,06     | 3,18          | -0,49                           |                               |                                |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 68,48 | 66,16 | 162,84 | 1548,26 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 60%   | 62,40 | 64,74  | 233,52  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | 5,84  | 1,32   | -18,16  |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | 47,29 | 45,34 | 110,24 | 1046,19 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 45%   | 46,80 | 48,56  | 175,14  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | 0,47  | -2,98  | -16,68  |

|                                           |       |       |        |          |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|----------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 71,46 | 73,65 | 214,13 | 1827,855 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  | 70%   | 72,80 | 75,53  | 272,44   |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | -1,29 | -1,74  | -14,98   |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий,

безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.



ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |        |          | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>ТК / ТТК | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|-------------------------------------|--------------|------------------------|--------|----------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                     |              | белки                  | жиры   | углеводы |                                 |                               |                                |
|                                 |                                     |              | Б                      | Ж      | У        |                                 |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>3 -й  | ЗАВТРАК                             |              |                        |        |          |                                 |                               |                                |
|                                 | Огурец свежий в нарезке             | 70           | 0,49                   | 0,07   | 1,33     | 8,00                            | 1                             | МР/8.2/19                      |
|                                 | Тефтели рыбные (минтай) ***         | 100 /20      | 12,70                  | 4,45   | 7,19     | 119,99                          | 62                            | 239/17                         |
|                                 | Пюре картофельное /                 | 120          | 2,80                   | 4,00   | 18,10    | 125,00                          | 22                            | МР/7.1/19                      |
|                                 | / Капуста отварная (сложный гарнир) | 60           | 1,26                   | 1,38   | 3,18     | 30,60                           | 22                            | МР/7.13а/19                    |
|                                 | Сок фруктовый (яблочный)            | 200          | 1                      | 0      | 20,2     | 84,80                           | 66                            | 389/17                         |
|                                 | Хлеб безглютеновый *                | 20           | 2,03                   | 3,4    | 11,54    | 92,49                           | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за завтрак                |                                     | 590          | 20,08                  | 13,298 | 61,54    | 460,878                         |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                     | 25%          | 26,00                  | 26,98  | 97,30    | 734,75                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                     |              | -5,69                  | -12,68 | -9,19    | -9,32                           |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>3 -й  | ОБЕД                                |              |                        |        |          |                                 |                               |                                |
|                                 | Икра секольная                      | 60           | 1,00                   | 5,10   | 5,70     | 73,00                           | 7                             | МР/8.3а/19                     |
|                                 | Суп из овощей                       | 250          | 2,29                   | 3,80   | 10,31    | 84,62                           | 14                            | ТТК/ 99 /17                    |
|                                 | Мясо тушёное                        | 50 / 50      | 15,20                  | 17,38  | 2,58     | 225,00                          | 54                            | 258/17                         |
|                                 | Каша вязкая ( рисовая )             | 180          | 3,08                   | 5,04   | 31,89    | 184,86                          | 36                            | 303/17                         |
|                                 | Сок фруктовый (абрикосовый)         | 200          | 1                      | 0      | 25,4     | 105,60                          | 66                            | 389/17                         |
|                                 | Хлеб безглютеновый *                | 30           | 3,05                   | 5,10   | 17,31    | 138,73                          | 9                             | Пром.пр.                       |
| Плоды свежие (яблоко)           | 100                                 | 0,4          | 0,40                   | 9,8    | 44,00    | 79                              | 82/21                         |                                |
| итого за обед                   |                                     | 920          | 26,01                  | 36,82  | 102,97   | 855,81                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                     | 35%          | 36,40                  | 37,77  | 136,22   | 1028,65                         |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                     |              | -9,99                  | -0,87  | -8,54    | -5,88                           |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>3 -й  | ПОЛДНИК                             |              |                        |        |          |                                 |                               |                                |
|                                 | Компот из яблок                     | 200          | 0,2                    | 0,2    | 25,80    | 103,00                          | 70                            | МР/11.5/19                     |
|                                 | Сардельки мясные паровые            | 100          | 18,40                  | 15,60  | 3,50     | 228,00                          | 52                            | МР/2.21/19                     |
|                                 | Хлеб безглютеновый *                | 20           | 2,03                   | 3,4    | 11,54    | 92,49                           | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за полдник                |                                     | 320          | 20,63                  | 19,200 | 40,84    | 423,49                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                     | 10%          | 10,40                  | 10,79  | 38,92    | 293,90                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                     |              | 9,84                   | 7,79   | 0,49     | 4,41                            |                               |                                |

|                                           |  |  |       |        |        |          |
|-------------------------------------------|--|--|-------|--------|--------|----------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b>           |  |  | 46,09 | 50,12  | 164,51 | 1316,69  |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  |  |  | 60%   | 62,40  | 64,74  | 233,52   |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |  |  |       | -15,68 | -13,55 | -17,73   |
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b>           |  |  | 46,64 | 56,02  | 143,82 | 1279,30  |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  |  |  | 45%   | 46,80  | 48,56  | 175,14   |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |  |  |       | -0,15  | 6,92   | -8,05    |
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> |  |  | 66,72 | 69,32  | 205,36 | 1740,173 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  |  |  | 70%   | 72,80  | 75,53  | 272,44   |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |  |  |       | -5,84  | -5,76  | -17,24   |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.



ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>центуры<br>ТК / ТТК | № по<br>СБ. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                  |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>4 -й  | <b>ЗАВТРАК</b>                   |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Каша вязкая гречневая            | 180          | 5,50                 | 6,01      | 24,63         | 174,60                          | 34                            | 303/17                         |
|                                 | Мясо отварное в бульоне          | 90           | 18,09                | 18,00     | 0,09          | 234,00                          | 53                            | МР/2.26/19                     |
|                                 | Чай с сахаром                    | 200          | 0,2                  | 0         | 15            | 57,00                           | 74                            | МР/11.9/19                     |
|                                 | Хлеб безглютеновый *             | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                           | 9                             | Пром.пр.                       |
| 4 -й                            | Плоды свежие (яблоко)            | 120          | 0,48                 | 0,48      | 11,76         | 52,80                           | 79                            | 82 / 21                        |
| итого за завтрак                |                                  | 610          | 26,29                | 27,89     | 63,02         | 610,89                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                  | 25%          | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                  |              | 0,28                 | 0,85      | -8,81         | -4,21                           |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>4 -й  | <b>ОБЕД</b>                      |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Помидор свежий в нарезке         | 70           | 0,82                 | 0,1167    | 2,684         | 14,934                          | 2                             | МР/8.1/19                      |
|                                 | Суп картофельный с горохом       | 300          | 6,965                | 4,967     | 22,312        | 161,76                          | 17                            | МР/1.16/19                     |
|                                 | Мясо духовое                     | 220          | 17,29                | 17,35     | 19,14         | 301,00                          | 56                            | 258/17                         |
|                                 | Какао с молоком и витаминами *** | 200          | 3,9                  | 3,10      | 25,16         | 145,00                          | 77                            | 502/21                         |
| 4 -й                            | Хлеб безглютеновый *             | 30           | 3,05                 | 5,10      | 17,31         | 138,73                          | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за обед                   |                                  | 820          | 32,03                | 30,636    | 86,611        | 761,421                         |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                  | 35%          | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65                         |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                  |              | -4,21                | -6,61     | -12,75        | -9,09                           |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>4 -й  | <b>ПОЛДНИК</b>                   |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Чай с сахаром                    | 200          | 0,2                  | 0         | 15            | 57,00                           | 74                            | МР/11.9/19                     |
|                                 | Яйцо варёное ***                 | 40           | 5,10                 | 4,60      | 0,30          | 63,00                           | 40                            | МР/4.1/19                      |
|                                 | Горошек консервированный         | 40           | 1,10                 | 0,07      | 2,30          | 14,70                           | 4                             | 54-213/22                      |
|                                 | Плоды свежие (банан) ***         | 100          | 1,8                  | 3,94      | 17,198        | 111,39                          | 80                            | 82 / 21                        |
| итого за полдник                |                                  | 380          | 8,20                 | 8,606     | 34,80         | 246,094                         |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                  | 10%          | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                  |              | -2,12                | -2,02     | -1,06         | -1,63                           |                               |                                |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 58,32 | 58,52 | 149,63 | 1372,31 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 60%   | 62,40 | 64,74  | 233,52  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | -3,92 | -5,76  | -21,55  |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | 40,23 | 39,24 | 121,41 | 1007,52 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 45%   | 46,80 | 48,56  | 175,14  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | -6,32 | -8,63  | -13,81  |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 66,52 | 67,13 | 184,43 | 1618,40 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  | 70%   | 72,80 | 75,53  | 272,44  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | -6,04 | -7,78  | -22,61  |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молочку можно заменить на любой напиток не содержащий молока)



ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - \_\_\_\_ г.г.

1-я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда                  | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>ТК / ТТК | №2 по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|-------------------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
|                                 |                                     |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                               |                                 |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>5 -й  | <b>ЗАВТРАК</b>                      |              |                      |           |               |                                 |                               |                                 |
|                                 | Перец болгарский в нарезке          | 70           | 0,96                 | 0,09      | 3,41          | 17,94                           | 3                             | 54-43/22                        |
|                                 | Биточки мясные паровые              | 100          | 15,03                | 14,35     | 5,74          | 212,21                          | 46                            | МР/2.8/19                       |
|                                 | Картофель и овощи тушёные в соусе   | 180          | 3,60                 | 10,60     | 26,16         | 214,68                          | 27                            | 142/17                          |
|                                 | Компот из яблок                     | 200          | 0,2                  | 0,2       | 25,80         | 103,00                          | 70                            | МР/11.5/19                      |
|                                 | Хлеб безглютеновый *                | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                           | 9                             | Пром.пр.                        |
| итого за завтрак                |                                     | 570          | 21,82                | 28,64     | 72,65         | 640,31                          |                               |                                 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                     | 25%          | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75                          |                               |                                 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                     |              | -4,02                | 1,54      | -6,33         | -3,21                           |                               |                                 |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>5 -й  | <b>ОБЕД</b>                         |              |                      |           |               |                                 |                               |                                 |
|                                 | Помидор свежий в нарезке            | 70           | 0,82                 | 0,12      | 2,68          | 14,93                           | 2                             | МР/8.1/19                       |
|                                 | Щи из свежей капусты вегетарианские | 250          | 1,70                 | 4,20      | 8,30          | 79,00                           | 13                            | МР/1.24/19                      |
|                                 | Рыба припущенная***                 | 100          | 15,56                | 7,47      | 0,85          | 132,73                          | 65                            | 227/17                          |
|                                 | Картофель отварной                  | 120          | 2,29                 | 3,46      | 18,41         | 113,88                          | 30                            | 310/17                          |
|                                 | Сок фруктовый (персиковый)          | 200          | 1                    | 0         | 26            | 108,0                           | 66                            | 389/17                          |
|                                 | Хлеб безглютеновый *                | 30           | 3,05                 | 5,10      | 17,31         | 138,73                          | 9                             | Пром.пр.                        |
|                                 | Плоды свежие (апельсин)***          | 100          | 0,781                | 0,15      | 8,1467        | 37,03                           | 81                            | 82/21                           |
| итого за обед                   |                                     | 870          | 25,19                | 20,49     | 81,70         | 624,30                          |                               |                                 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                     | 35%          | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65                         |                               |                                 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                     |              | -10,78               | -16,01    | -14,01        | -13,76                          |                               |                                 |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>5 -й  | <b>ПОЛДНИК</b>                      |              |                      |           |               |                                 |                               |                                 |
|                                 | Чай с сахаром и лимоном             | 200          | 0,3                  | 0,1       | 15,2          | 59,00                           | 75                            | МР/11.10/19                     |
|                                 | Котлета школьная паровая            | 90           | 14,99                | 8,40      | 5,36          | 157,37                          | 47                            | 347/21                          |
|                                 | Хлеб безглютеновый *                | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                           | 9                             | Пром.пр.                        |
| итого за полдник                |                                     | 310          | 17,32                | 11,90     | 32,10         | 308,9                           |                               |                                 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                     | 10%          | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90                          |                               |                                 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                     |              | 6,65                 | 1,03      | -1,75         | 0,51                            |                               |                                 |

|                                 |        |        |        |         |
|---------------------------------|--------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 47,01  | 49,13  | 154,35 | 1264,61 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 60%    | 62,40  | 64,74  | 233,52 | 1763,40 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -14,80 | -14,47 | -20,34 | -16,97  |

|                                 |       |        |        |         |
|---------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | 42,51 | 32,39  | 113,80 | 933,16  |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 45%    | 46,80 | 48,56  | 175,14 | 1322,55 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -4,13 | -14,98 | -15,76 | -13,25  |

|                                           |       |        |        |         |
|-------------------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 64,33 | 61,03  | 186,45 | 1573,46 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 70%              | 72,80 | 75,53  | 272,44 | 2057,30 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | -8,15 | -13,44 | -22,10 | -16,46  |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.



## ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_ г.г.

## 1 - я неделя

| приём<br>пищи                       | Наименование блюда                | Вес<br>блюда | Пищевые вещества ( г ) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>ТК / ТТК | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|-------------------------------------|-----------------------------------|--------------|------------------------|-----------|---------------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
|                                     |                                   |              | белки<br>Б             | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                               |                                |
| неделя<br>1 - я<br><br>День<br>6 -й | ЗАВТРАК                           |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                     | Каша пшеничная вязкая             | 180          | 4,77                   | 5,10      | 26,40         | 170,36                          | 33                            | 303/17                         |
|                                     | Пюре из отварного мяса в бульоне  | 85           | 18,00                  | 15,50     | 0             | 211,00                          | 60                            | МР/2.1 /19                     |
|                                     | Компот из апельсинов              | 200          | 0,45                   | 0,1       | 33,99         | 141,00                          | 71                            | 346/17                         |
|                                     | Хлеб безглютеновый *              | 20           | 2,03                   | 3,4       | 11,54         | 92,49                           | 9                             | Пром.пр.                       |
|                                     | Плоды свежие ( яблоко )           | 120          | 0,48                   | 0,48      | 11,76         | 52,80                           | 79                            | 82 / 21                        |
| итого за завтрак                    |                                   | 605          | 25,73                  | 24,58     | 83,70         | 667,65                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.            |                                   | 25%          | 26,00                  | 26,98     | 97,30         | 734,75                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %     |                                   |              | -0,26                  | -2,22     | -3,50         | -2,28                           |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>6 -й      | ОБЕД                              |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                     | Икра морковная                    | 60           | 1,03                   | 4,38      | 4,53          | 60,10                           | 6                             | МР/6.98 /19                    |
|                                     | Суп крестьянский с крупой (пшено) | 250          | 2,96                   | 4,87      | 12,30         | 104,71                          | 20                            | 250/22                         |
|                                     | Ежики мясные                      | 120          | 16,322                 | 21,88     | 13,56         | 317,68                          | 48                            | 347/22                         |
|                                     | Картофель отварной                | 155          | 2,95                   | 4,46      | 23,78         | 147,10                          | 30                            | 310/17                         |
|                                     | Сок фруктовый (яблочный)          | 200          | 1                      | 0         | 20,2          | 84,80                           | 66                            | 389/17                         |
| Хлеб безглютеновый *                |                                   | 30           | 3,05                   | 5,10      | 17,31         | 138,73                          | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за обед                       |                                   | 815          | 27,32                  | 40,68     | 91,69         | 853,12                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.            |                                   | 35%          | 36,40                  | 37,77     | 136,22        | 1028,65                         |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %     |                                   |              | -8,74                  | 2,70      | -11,44        | -5,97                           |                               |                                |
| неделя<br>1 -я<br>День<br>6 -й      | ПОЛДНИК                           |              |                        |           |               |                                 |                               |                                |
|                                     | Компот из свежих фруктов          | 200          | 0,216                  | 0         | 20,27         | 81,57                           | 72                            | 822/22                         |
|                                     | Омлет с зелёным горошком ***      | 100          | 7,14                   | 10,72     | 3,43          | 138,57                          | 42                            | 269/21                         |
|                                     | Плоды свежие (апельсин)***        | 100          | 0,781                  | 0,15      | 8,1467        | 37,03                           | 81                            | 82 / 21                        |
|                                     | Хлеб безглютеновый *              | 10           | 1,015                  | 1,7       | 5,77          | 41,20                           | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за полдник                    |                                   | 410          | 9,16                   | 12,562    | 37,62         | 298,37                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.            |                                   | 10%          | 10,40                  | 10,79     | 38,92         | 293,90                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) %     |                                   |              | -1,20                  | 1,64      | -0,34         | 0,15                            |                               |                                |

|                                 | белки Б | жиры Ж | углеводы У | Энергетическая ценность Ккал |
|---------------------------------|---------|--------|------------|------------------------------|
| ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД        | 53,04   | 65,27  | 175,38     | 1520,77                      |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 60%    | 62,40   | 64,74  | 233,52     | 1763,40                      |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -9,00   | 0,49   | -14,94     | -8,26                        |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК        | 36,47 | 53,24 | 129,30 | 1151,49 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 45%    | 46,80 | 48,56 | 175,14 | 1322,55 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -9,93 | 4,35  | -11,78 | -5,82   |

|                                    |        |       |        |         |
|------------------------------------|--------|-------|--------|---------|
| ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник | 62,20  | 77,83 | 213,00 | 1819,14 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 70%       | 72,80  | 75,53 | 272,44 | 2057,30 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %    | -10,20 | 2,13  | -15,27 | -8,10   |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.



## ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - \_\_\_\_ г.г.

## 2 - я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда       | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергетическая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>ТК / ТТК | №2 по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|--------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|----------------------------|-------------------------------|---------------------------------|
|                                 |                          |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                            |                               |                                 |
| неделя<br>2 - я<br>День<br>7 -й | <b>ЗАВТРАК</b>           |              |                      |           |               |                            |                               |                                 |
|                                 | Помидор свежий в нарезке | 70           | 0,82                 | 0,12      | 2,68          | 14,93                      | 2                             | МР/8.1/19                       |
|                                 | Сардельки мясные паровые | 90           | 18,50                | 14,10     | 3,20          | 205,00                     | 52                            | МР/2.21/19                      |
|                                 | Морковь припущенная      | 150          | 2,10                 | 3,10      | 11,10         | 82,00                      | 26                            | МР/7.144/19                     |
|                                 | Какао с молоком ***      | 200          | 3,3                  | 2,9       | 22,91         | 126,68                     | 78                            | 462/21                          |
|                                 | Хлеб безглютеновый *     | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                      | 9                             | Пром.пр.                        |
|                                 | Плоды свежие (банан)***  | 100          | 1,8                  | 3,94      | 17,194        | 111,39                     | 80                            | 82./21                          |
| итого за завтрак                |                          | 630          | 26,55                | 27,55     | 68,63         | 632,49                     |                               |                                 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                          | 25%          | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75                     |                               |                                 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                          |              | 0,53                 | 0,54      | -7,37         | -3,48                      |                               |                                 |
| неделя<br>2 - я<br>День<br>7 -й | <b>ОБЕД</b>              |              |                      |           |               |                            |                               |                                 |
|                                 | Огурец свежий в нарезке  | 70           | 0,49                 | 0,07      | 1,33          | 8,00                       | 1                             | МР/8.2/19                       |
|                                 | Рассольник ленинградский | 250          | 2,74                 | 4,83      | 15,71         | 116,80                     | 15                            | 96 / 17                         |
|                                 | Рагу из овощей           | 180          | 3,25                 | 11,24     | 15,25         | 174,72                     | 25                            | 54-24т/22                       |
|                                 | Котлета мясная паровая   | 100          | 19,39                | 17,99     | 5,83          | 262,53                     | 50                            | МР/2.8/19                       |
|                                 | Сок фруктовый (яблочный) | 200          | 1                    | 0         | 20,2          | 84,80                      | 66                            | 389/17                          |
|                                 | Хлеб безглютеновый *     | 30           | 3,05                 | 5,10      | 17,31         | 138,73                     | 9                             | Пром.пр.                        |
| итого за обед                   |                          | 830          | 29,91                | 39,23     | 75,63         | 785,59                     |                               |                                 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                          | 35%          | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65                    |                               |                                 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                          |              | -6,24                | 1,35      | -15,57        | -8,27                      |                               |                                 |
| неделя<br>2 - я<br>День<br>7 -й | <b>ПОЛДНИК</b>           |              |                      |           |               |                            |                               |                                 |
|                                 | Компот из яблок          | 200          | 0,2                  | 0,2       | 25,80         | 103,00                     | 70                            | МР/11.5/19                      |
|                                 | Яйцо варёное ***         | 40           | 5,10                 | 4,60      | 0,30          | 63,00                      | 40                            | МР/4.1/19                       |
|                                 | Кукуруза сахарная        | 70           | 1,40                 | 0,23      | 7,12          | 36,52                      | 5                             | 54-21з/22                       |
|                                 | Хлеб безглютеновый *     | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                      | 9                             | Пром.пр.                        |
| итого за полдник                |                          | 330          | 8,73                 | 8,433     | 44,76         | 295,00                     |                               |                                 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                          | 10%          | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90                     |                               |                                 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                          |              | -1,60                | -2,18     | 1,50          | 0,04                       |                               |                                 |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 56,46 | 66,78 | 144,26 | 1418,08 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 60%    | 62,40 | 64,74 | 233,52 | 1763,40 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -5,71 | 1,89  | -22,93 | -11,75  |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | 38,65 | 47,66 | 120,39 | 1080,59 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 45%    | 46,80 | 48,56 | 175,14 | 1322,55 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % | -7,84 | -0,83 | -14,07 | -8,23   |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 65,19 | 75,21 | 189,02 | 1713,08 |
| Норма по МР 2.4.0162-19. 70%              | 72,80 | 75,53 | 272,44 | 2057,30 |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           | -7,31 | -0,29 | -21,43 | -11,71  |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молочку можно заменить на любой напиток не содержащий молока)



ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон :

2023 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда          | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре -<br>цептуры<br>ТК / ТТК | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|-----------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------------|-------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                             |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                               |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>8 -й  | <b>ЗАВТРАК</b>              |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Огурец свежий в нарезке     | 70           | 0,49                 | 0,07      | 1,33          | 8,00                            | 1                             | МР/8.2 /19                     |
|                                 | Каша гречневая с овощами    | 180          | 6,65                 | 4,56      | 29,12         | 183,69                          | 35                            | 658/22                         |
|                                 | Бефстроганов                | 100          | 18,00                | 20,11     | 5,58          | 279,00                          | 55                            | МР/2.3 /19                     |
|                                 | Компот из смеси сухофруктов | 200          | 0                    | 0         | 35,40         | 140,00                          | 68                            | МР/11.6 /17                    |
|                                 | Хлеб безглютеновый *        | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                           | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за завтрак                |                             | 570          | 27,17                | 28,14     | 82,97         | 703,18                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                             | 25%          | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                             |              | 1,12                 | 1,08      | -3,68         | -1,07                           |                               |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>8 -й  | <b>ОБЕД</b>                 |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Перец болгарский в нарезке  | 70           | 0,96                 | 0,09      | 3,41          | 17,94                           | 3                             | 54-43/22                       |
|                                 | Суп с крупой (пшенной)      | 250          | 3,50                 | 5,19      | 18,51         | 126,79                          | 19                            | 115/17                         |
|                                 | Рыба припущенная***         | 100          | 15,56                | 7,47      | 0,85          | 132,73                          | 65                            | 227/17                         |
|                                 | Картофель тушёный           | 145          | 2,92                 | 3,188     | 21,407        | 126,077                         | 28                            | 647/22                         |
|                                 | Сок фруктовый (абрикосовый) | 200          | 1                    | 0         | 25,4          | 105,60                          | 66                            | 389/17                         |
|                                 | Хлеб безглютеновый *        | 30           | 3,05                 | 5,10      | 17,31         | 138,73                          | 9                             | Пром.пр.                       |
|                                 | Плоды свежие (яблоко)       | 100          | 0,4                  | 0,40      | 9,8           | 44,00                           | 79                            | 82 / 21                        |
| итого за обед                   |                             | 895          | 27,39                | 21,44     | 94,69         | 691,86                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                             | 35%          | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65                         |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                             |              | -8,67                | -15,13    | -10,67        | -11,46                          |                               |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>8 -й  | <b>ПОЛДНИК</b>              |              |                      |           |               |                                 |                               |                                |
|                                 | Компот из смеси сухофруктов | 200          | 0                    | 0         | 35,40         | 140,00                          | 68                            | МР/11.6 /19                    |
|                                 | Печень тёртая               | 100          | 18,94                | 10,33     | 7,35          | 196,85                          | 61                            | 358/21                         |
|                                 | Хлеб безглютеновый *        | 10           | 1,015                | 1,7       | 5,77          | 41,20                           | 9                             | Пром.пр.                       |
| итого за полдник                |                             | 310          | 19,95                | 12,03     | 48,52         | 378,05                          |                               |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                             | 10%          | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90                          |                               |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                             |              | 9,18                 | 1,15      | 2,47          | 2,86                            |                               |                                |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 54,56 | 49,58 | 177,66 | 1395,04 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 60%   | 62,40 | 64,74  | 233,52  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | -7,54 | -14,05 | -14,35  |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | 47,34 | 33,47 | 143,21 | 1069,92 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 45%   | 46,80 | 48,56  | 175,14  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | 0,52  | -13,98 | -8,20   |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 74,51 | 61,61 | 226,18 | 1773,10 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  | 70%   | 72,80 | 75,53  | 272,44  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | 1,64  | -12,90 | -11,88  |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.



## ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_ г.г.

## 2 - я неделя

| приём пищи                     | Наименование блюда               | Вес блюда | Пищевые вещества (г) |        |            | Энергетическая ценность | № рецептуры | № по Сб. р-р / год. изд. |
|--------------------------------|----------------------------------|-----------|----------------------|--------|------------|-------------------------|-------------|--------------------------|
|                                |                                  |           | белки Б              | жиры Ж | углеводы У |                         |             |                          |
| неделя 2 -я<br>День 9 -й       | <b>ЗАВТРАК</b>                   |           |                      |        |            |                         |             |                          |
|                                | Помидор свежий в нарезке         | 70        | 0,82                 | 0,12   | 2,68       | 14,93                   | 2           | МР/8.1/19                |
|                                | Шницель рыбный(на пару)***       | 100       | 15,47                | 4,28   | 1,59       | 107,98                  | 64          | 235/17                   |
|                                | Пюре картофельное/               | 110       | 2,38                 | 3,67   | 16,59      | 114,58                  | 23          | МР/7.1/19                |
|                                | Капуста тушёная (сложный гарнир) | 70        | 1,72                 | 5,33   | 4,90       | 78,62                   | 23          | МР/7.7/19                |
|                                | Сок фруктовый (яблочный)         | 200       | 1                    | 0      | 20,2       | 84,80                   | 66          | 389/17                   |
|                                | Хлеб безглютеновый *             | 20        | 2,03                 | 3,4    | 11,54      | 92,49                   | 9           | Пром.пр.                 |
| итого за завтрак               |                                  | 570       | 23,42                | 16,802 | 57,51      | 493,401                 |             |                          |
| Норма по МР 2.4.0162-19.       |                                  | 25%       | 26,00                | 26,98  | 97,30      | 734,75                  |             |                          |
| отклонение от нормы (+ / - ) % |                                  |           | -2,48                | -9,43  | -10,22     | -8,21                   |             |                          |
| неделя 2 -я<br>День 9 -й       | <b>ОБЕД</b>                      |           |                      |        |            |                         |             |                          |
|                                | Огурец свежий в нарезке          | 70        | 0,49                 | 0,07   | 1,33       | 8,00                    | 1           | МР/8.2/19                |
|                                | Борщ с картофелем                | 250       | 2,45                 | 5,00   | 12,98      | 106,97                  | 11          | ТТК/83/17                |
|                                | Плов из риса с отварным мясом    | 200       | 16,30                | 18,50  | 38,80      | 390,00                  | 59          | МР/2.10/19               |
|                                | Отвар шиповника с сахаром        | 200       | 0,7                  | 0,3    | 24,7       | 117,00                  | 67          | МР/11.14/19              |
|                                | Хлеб безглютеновый *             | 30        | 3,05                 | 5,10   | 17,31      | 138,73                  | 9           | Пром.пр.                 |
|                                | Плоды свежие (яблоко)            | 120       | 0,48                 | 0,48   | 11,76      | 52,80                   | 79          | 82/21                    |
| итого за обед                  |                                  | 870       | 23,48                | 29,45  | 106,88     | 813,49                  |             |                          |
| Норма по МР 2.4.0162-19.       |                                  | 35%       | 36,40                | 37,77  | 136,22     | 1028,65                 |             |                          |
| отклонение от нормы (+ / - ) % |                                  |           | -12,42               | -7,70  | -7,54      | -7,32                   |             |                          |
| неделя 2 -я<br>День 9 -й       | <b>ПОЛДНИК</b>                   |           |                      |        |            |                         |             |                          |
|                                | Сок фруктовый (персиковый)       | 200       | 1                    | 0      | 26         | 108,0                   | 66          | 389/17                   |
|                                | Каша гречневая с овощами         | 150       | 5,54                 | 3,80   | 24,27      | 153,08                  | 35          | 658/22                   |
|                                | Хлеб безглютеновый *             | 10        | 1,015                | 1,7    | 5,77       | 41,20                   | 9           | Пром.пр.                 |
| итого за полдник               |                                  | 360       | 7,56                 | 5,50   | 56,04      | 302,28                  |             |                          |
| Норма по МР 2.4.0162-19.       |                                  | 10%       | 10,40                | 10,79  | 38,92      | 293,90                  |             |                          |
| отклонение от нормы (+ / - ) % |                                  |           | -2,74                | -4,90  | 4,40       | 0,29                    |             |                          |

|                                 |       |        |        |         |
|---------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 46,90 | 46,26  | 164,39 | 1306,90 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 60%   | 62,40  | 64,74  | 233,52  |
| отклонение от нормы (+ / - ) %  |       | -14,90 | -17,13 | -17,76  |

|                                 |       |        |        |         |
|---------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | 31,03 | 34,95  | 162,92 | 1115,77 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 45%   | 46,80  | 48,56  | 175,14  |
| отклонение от нормы (+ / - ) %  |       | -15,16 | -12,61 | -3,14   |

|                                           |       |        |        |         |
|-------------------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 54,46 | 51,76  | 220,42 | 1609,17 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  | 70%   | 72,80  | 75,53  | 272,44  |
| отклонение от нормы (+ / - ) %            |       | -17,64 | -22,03 | -13,36  |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.



## ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ - ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_ г.г.

## 2 - я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда               | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергетическая<br>ценность | № ре-<br>цептуры<br>ТК / ТТК | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|----------------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|----------------------------|------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                  |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                            |                              |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>10 -й | <b>ЗАВТРАК</b>                   |              |                      |           |               |                            |                              |                                |
|                                 | Рис с кукурузой и морковью       | 230          | 5,35                 | 5,13      | 49,95         | 266,49                     | 37                           | 663/22                         |
|                                 | Какао с молоком и витаминами *** | 200          | 3,9                  | 3,10      | 25,18         | 145,00                     | 77                           | 502/21                         |
|                                 | Хлеб безглютеновый *             | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                      | 9                            | Пром.пр.                       |
|                                 | Плоды свежие (яблоко)            | 120          | 0,48                 | 0,48      | 11,76         | 52,80                      | 79                           | 82/21                          |
| итого за завтрак                |                                  | 570          | 11,76                | 12,11     | 98,41         | 656,77                     |                              |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                  | 25%          | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75                     |                              |                                |
| отклонение от нормы (+ / -) %   |                                  |              | -13,69               | -13,77    | 0,29          | -6,06                      |                              |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>10 -й | <b>ОБЕД</b>                      |              |                      |           |               |                            |                              |                                |
|                                 | Горошек зелёный консервированный | 70           | 1,98                 | 0,12      | 4,08          | 25,78                      | 4                            | 54-203/22                      |
|                                 | Суп "Минестроне"                 | 250          | 2,569                | 4,11      | 11,658        | 93,77                      | 16                           | 249/22                         |
|                                 | Котлета рубленая из птицы        | 100          | 24,53                | 10,52     | 1,00          | 198,02                     | 45                           | 615/22                         |
|                                 | Картофель отварной и /           | 140          | 2,67                 | 0,51      | 21,36         | 100,94                     | 29                           | 125/17                         |
|                                 | соус сметанный с овощами         | 35           | 0,38                 | 3,04      | 1,03          | 32,81                      | 29                           | 332/17                         |
|                                 | Компот из смеси сухофруктов      | 200          | 0,5                  | 0         | 31,69         | 128,2                      | 69                           | 54-1хн/22                      |
|                                 | Хлеб безглютеновый *             | 30           | 3,05                 | 5,10      | 17,31         | 138,73                     | 9                            | Пром.пр.                       |
| итого за обед                   |                                  | 825          | 36,68                | 23,40     | 88,14         | 718,25                     |                              |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                  | 35%          | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65                    |                              |                                |
| отклонение от нормы (+ / -) %   |                                  |              | -0,69                | -13,32    | -12,35        | -10,56                     |                              |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>10 -й | <b>ПОЛДНИК</b>                   |              |                      |           |               |                            |                              |                                |
|                                 | Сок фруктовый (яблочный)         | 200          | 1                    | 0         | 20,2          | 84,80                      | 66                           | 389/17                         |
|                                 | Голубцы ленивые с соусом         | 100 / 20     | 18,95                | 11,61     | 4,09          | 171,87                     | 49                           | 525/22                         |
|                                 | Хлеб безглютеновый *             | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                      | 9                            | Пром.пр.                       |
| итого за полдник                |                                  | 340          | 21,98                | 15,010    | 35,83         | 349,16                     |                              |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                  | 10%          | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90                     |                              |                                |
| отклонение от нормы (+ / -) %   |                                  |              | 11,13                | 3,91      | -0,79         | 1,88                       |                              |                                |

|                                 |       |        |        |         |
|---------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 47,45 | 35,51  | 186,55 | 1275,03 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 60%   | 62,40  | 64,74  | 233,52  |
| отклонение от нормы (+ / -) %   |       | -14,38 | -27,09 | -12,07  |

|                                 |       |       |        |         |
|---------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | 57,66 | 38,41 | 123,97 | 1067,41 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 45%   | 46,80 | 48,56  | 175,14  |
| отклонение от нормы (+ / -) %   |       | 10,44 | -9,41  | -13,15  |

|                                           |       |       |        |         |
|-------------------------------------------|-------|-------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 69,43 | 50,52 | 222,38 | 1624,18 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  | 70%   | 72,80 | 75,53  | 272,44  |
| отклонение от нормы (+ / -) %             |       | -3,24 | -23,18 | -12,86  |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью. (молочку можно заменить на любой напиток не содержащий молока)



ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12-ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГOTOВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - \_\_\_\_ г.г.

2 - я неделя

| приём<br>пищи                   | Наименование блюда                 | Вес<br>блюда | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергети-<br>ческая<br>ценность | № ре-<br>цептуры<br>ТК / ТТК | № по<br>Сб. р-р /<br>год. изд. |
|---------------------------------|------------------------------------|--------------|----------------------|-----------|---------------|---------------------------------|------------------------------|--------------------------------|
|                                 |                                    |              | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                 |                              |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>11 -й | <b>ЗАВТРАК</b>                     |              |                      |           |               |                                 |                              |                                |
|                                 | Огурец свежий в нарезке            | 70           | 0,49                 | 0,07      | 1,33          | 8,00                            | 1                            | МР/Б.2/19                      |
|                                 | Жаркое по - домашнему              | 200          | 16,42                | 17,79     | 23,10         | 336,00                          | 57                           | 259/17                         |
|                                 | Чай с сахаром и лимоном            | 200          | 0,3                  | 0,1       | 15,2          | 59,00                           | 75                           | МР/11.10/19                    |
|                                 | Хлеб безглютеновый *               | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                           | 9                            | Пром.пр.                       |
|                                 | Плоды свежие (банан)***            | 100          | 1,8                  | 3,94      | 17,194        | 111,39                          | 80                           | 82/21                          |
| итого за завтрак                |                                    | 590          | 21,04                | 25,30     | 68,37         | 606,88                          |                              |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                    | 25%          | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75                          |                              |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                    |              | -4,77                | -1,55     | -7,43         | -4,35                           |                              |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>11 -й | <b>ОБЕД</b>                        |              |                      |           |               |                                 |                              |                                |
|                                 | Помидор свежий в нарезке           | 70           | 0,82                 | 0,12      | 2,68          | 14,93                           | 2                            | МР/Б.1/19                      |
|                                 | Щи из свежей. капусты с картофелем | 250          | 2,198                | 4,941     | 8,50          | 87,46                           | 12                           | ТТК / 88 / 17                  |
|                                 | Биточек рыбный*** и / соус         | 80/ 20       | 9,94                 | 3,21      | 6,77          | 96,01                           | 63                           | 463/22                         |
|                                 | Каша вязкая ( пшённая )            | 180          | 4,77                 | 5,10      | 26,40         | 170,36                          | 33                           | 303/17                         |
|                                 | Молоко кипячёное ***               | 200          | 5,8                  | 5,00      | 9,60          | 107,00                          | 76                           | 385/17                         |
|                                 | Хлеб безглютеновый *               | 30           | 3,05                 | 5,10      | 17,31         | 138,73                          | 9                            | Пром.пр.                       |
|                                 | Плоды свежие (яблоко)              | 100          | 0,4                  | 0,40      | 9,8           | 44,00                           | 79                           | 82/21                          |
| итого за обед                   |                                    | 935          | 26,96                | 23,87     | 81,07         | 658,49                          |                              |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                    | 35%          | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65                         |                              |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                    |              | -9,07                | -12,87    | -14,17        | -12,59                          |                              |                                |
| неделя<br>2 -я<br>День<br>11 -й | <b>ПОЛДНИК</b>                     |              |                      |           |               |                                 |                              |                                |
|                                 | Компот из яблок                    | 200          | 0,2                  | 0,2       | 25,80         | 103,00                          | 70                           | МР/11.5/19                     |
|                                 | Яйцо варёное***                    | 40           | 5,10                 | 4,60      | 0,30          | 63,00                           | 40                           | МР/4.1/19                      |
|                                 | Кукуруза консервированная          | 70           | 1,4                  | 0,233     | 7,117         | 36,52                           | 5                            | 54-213/22                      |
|                                 | Хлеб безглютеновый *               | 20           | 2,03                 | 3,4       | 11,54         | 92,49                           | 9                            | Пром.пр.                       |
| итого за полдник                |                                    | 330          | 8,73                 | 8,43      | 44,76         | 295,00                          |                              |                                |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        |                                    | 10%          | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90                          |                              |                                |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |                                    |              | -1,60                | -2,18     | 1,50          | 0,04                            |                              |                                |

|                                 |       |        |        |         |
|---------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД</b> | 48,00 | 49,17  | 149,44 | 1265,37 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 60%   | 62,40  | 64,74  | 233,52  |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | -13,85 | -14,43 | -21,60  |

|                                 |       |        |        |        |
|---------------------------------|-------|--------|--------|--------|
| <b>ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК</b> | 35,69 | 32,31  | 125,83 | 953,50 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.        | 45%   | 46,80  | 48,56  | 175,14 |
| отклонение от нормы ( + / - ) % |       | -10,68 | -15,06 | -12,67 |

|                                           |       |        |        |         |
|-------------------------------------------|-------|--------|--------|---------|
| <b>ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник</b> | 56,73 | 57,60  | 194,20 | 1560,38 |
| Норма по МР 2.4.0162-19.                  | 70%   | 72,80  | 75,53  | 272,44  |
| отклонение от нормы ( + / - ) %           |       | -15,45 | -16,61 | -20,10  |

\* рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютеновые зерновые продукты, готовые к употреблению ("сухие завтраки").

(примечание: При отсутствии безглютенового хлеба на производстве, хлеб с меню исключить).

\*\* для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

\*\*\* при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.



ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

12-тидневное меню приготавливаемых блюд школьных завтраков-обедов-полдников  
для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше  
Среднее за 6 дней (фактически)

Сезон :  
1 - я неделя

2023 - \_\_\_\_ г.г.

| Возрастная категория: 12 лет и старше<br>меню завтраки 10-тидневка<br>1 - я неделя |                  |     | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергетическая   |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----|----------------------|-----------|---------------|------------------|
|                                                                                    |                  |     | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У | ценность<br>Ккал |
| Норма по МР 2.4.0162-19.<br>за сутки                                               |                  |     | 104                  | 107,90    | 389,200       | 2939             |
| 12 - 18 л                                                                          | ЗАВТРАКИ         | 25% | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75           |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 24,31                | 25,18     | 77,12         | 640,25           |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -1,62                | -1,66     | -5,18         | -3,22            |
| 12 - 18 л                                                                          | ОБЕДЫ            | 35% | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65          |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 31,15                | 32,77     | 70,33         | 763,21           |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -5,05                | -4,63     | -16,93        | -9,03            |
| 12 - 18 л                                                                          | ПОЛДНИКИ         | 10% | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90           |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 10,36                | 11,43     | 39,98         | 303,76           |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -0,04                | 0,59      | 0,27          | 0,34             |
| 12 - 18 л                                                                          | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 62,40                | 64,74     | 233,52        | 1763,40          |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 55,46                | 57,96     | 147,45        | 1403,46          |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -6,67                | -6,29     | -22,11        | -12,25           |
| 12 - 18 л                                                                          | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 45% | 46,80                | 48,56     | 175,14        | 1322,55          |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 41,51                | 44,20     | 110,31        | 1066,97          |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -5,09                | -4,03     | -16,66        | -8,70            |
| ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ                                                        |                  |     | 72,80                | 75,53     | 272,44        | 2057,30          |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 65,82                | 69,39     | 187,43        | 1707,22          |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -6,71                | -5,69     | -21,84        | -11,91           |

Среднее за 6 дней (фактически)

2 - я неделя

| Возрастная категория: 12 лет и старше<br>меню завтраки 10-тидневка<br>2 - я неделя |                  |     | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергетическая   |
|------------------------------------------------------------------------------------|------------------|-----|----------------------|-----------|---------------|------------------|
|                                                                                    |                  |     | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У | ценность<br>Ккал |
| Норма по МР 2.4.0162-19.<br>за сутки                                               |                  |     | 104                  | 107,9     | 389,2         | 2939             |
| 12 - 18 л                                                                          | ЗАВТРАКИ         | 25% | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75           |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 22,36                | 21,64     | 73,57         | 588,92           |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -3,50                | -4,94     | -6,10         | -4,96            |
| 12 - 18 л                                                                          | ОБЕДЫ            | 35% | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65          |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 29,18                | 28,18     | 93,33         | 757,53           |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -6,94                | -8,88     | -11,02        | -9,22            |
| 12 - 18 л                                                                          | ПОЛДНИКИ         | 10% | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90           |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 12,42                | 10,06     | 48,21         | 330,14           |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | 1,94                 | -0,68     | 2,39          | 1,23             |
| 12 - 18 л                                                                          | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 62,40                | 64,74     | 233,52        | 1763,40          |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 51,54                | 49,83     | 166,91        | 1346,45          |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -10,44               | -13,82    | -17,12        | -14,19           |
| 12 - 18 л                                                                          | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 45% | 46,80                | 48,56     | 175,14        | 1322,55          |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 41,60                | 38,24     | 141,54        | 1087,67          |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -5,00                | -9,56     | -8,63         | -7,99            |
| ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ                                                        |                  |     | 72,80                | 75,53     | 272,44        | 2057,30          |
| Среднее за 6 дней (фактически)                                                     |                  |     | 63,96                | 59,89     | 215,12        | 1676,59          |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                                    |                  |     | -8,50                | -14,50    | -14,73        | -12,95           |



# ПРИЛОЖЕНИЕ

Россия Краснодарский край

## 12-тидневное меню приготовляемых блюд школьных завтраков-обедов-полдников для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше  
Среднее за 12 дней (фактически)

Сезон:

1-4-й недели

2023 - \_\_\_\_ г.г.

| Возрастная категория: 12 лет и старше<br>меню завтраки 10-тидневка |                  |     | Пищевые вещества (г) |           |               | Энергетическая<br>ценность<br>Ккал |
|--------------------------------------------------------------------|------------------|-----|----------------------|-----------|---------------|------------------------------------|
|                                                                    |                  |     | белки<br>Б           | жиры<br>Ж | углеводы<br>У |                                    |
| Норма по МР 2.4.0162-19.<br>за сутки                               |                  |     | 104                  | 107,9     | 389,2         | 2939                               |
| 12 - 18 л                                                          | ЗАВТРАКИ         | 25% | 26,00                | 26,98     | 97,30         | 734,75                             |
| Среднее за 12 дней (фактически)                                    |                  |     | 23,34                | 23,41     | 75,35         | 614,59                             |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                    |                  |     | -2,56                | -3,30     | -5,64         | -4,09                              |
| 12 - 18 л                                                          | ОБЕДЫ            | 35% | 36,40                | 37,77     | 136,22        | 1028,65                            |
| Среднее за 12 дней (фактически)                                    |                  |     | 30,17                | 30,48     | 81,83         | 760,37                             |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                    |                  |     | -5,99                | -6,75     | -13,97        | -9,13                              |
| 12 - 18 л                                                          | ПОЛДНИКИ         | 10% | 10,40                | 10,79     | 38,92         | 293,90                             |
| Среднее за 12 дней (фактически)                                    |                  |     | 11,39                | 10,75     | 44,09         | 316,95                             |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                    |                  |     | 0,95                 | -0,04     | 1,33          | 0,78                               |
| 12 - 18 л                                                          | ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ | 60% | 62,40                | 64,74     | 233,52        | 1763,40                            |
| Среднее за 12 дней (фактически)                                    |                  |     | 53,50                | 53,89     | 157,18        | 1374,95                            |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                    |                  |     | -8,55                | -10,05    | -19,61        | -13,22                             |
| 12 - 18 л                                                          | ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ | 45% | 46,80                | 48,56     | 175,14        | 1322,55                            |
| Среднее за 12 дней (фактически)                                    |                  |     | 41,55                | 41,22     | 125,92        | 1077,32                            |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                    |                  |     | -5,05                | -6,80     | -12,65        | -8,34                              |
| ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ                                        |                  |     | 70%                  | 72,80     | 75,53         | 272,44                             |
| Среднее за 12 дней (фактически)                                    |                  |     | 64,89                | 64,64     | 201,27        | 1691,90                            |
| Отклонение от нормы в % (+ / -)                                    |                  |     | -7,61                | -10,10    | -18,29        | -12,43                             |

Ответственный за разработку меню

Кривенко И.И. ОКР

### Литература:

- 1 СКУРИХИН И.М., ТУТЕЛЬЯН В.А. ТАБЛИЦЫ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА И КАЛОРИЙНОСТИ РОССИЙСКИХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ: Справочник. - М.: ДеЛи принт, 2008. - 276 с.
  - 2 СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ - Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях / Под ред. М.П. Могольного и В.А. Тутельяна. - М.: ДеЛи плюс, 2017. - 544 с.
  - 3 Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей образовательных организациях и организациях отдыха детей и их оздоровления (от 7 до 18 лет) ФБУН "НИИ" Роспотребнадзора И.И.Новикова разработчик (протокол №3 от 19.05.2022 г.)
  - 4 Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий / сост.А.Я.Перевалов. Н.В.Тапешкина.-Изд-е 4-е доп.и испр..-Пермь, 2021.-410с.
  - 5 Методические рекомендации МР 2.4.0162-19. Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (в образовательных и оздоровительных организациях)
- Источник рецептуры: Приказ Департамента Здравоохранения города Москвы № 653 от 11.09.2017  
«О совершенствовании организации диетического (лечебного и профилактического) питания»