СОГЛАСОВАНО:

"УТВЕРЖДАЮ" Директор ООО "Торговый дом Кубань"

Дирсктор МБОУ ООШ № 31 имени / Въ Настовицкого

Л.Ш. Шалагина

т.Новороссийск



Россия Краснодарский край

ПРИЛОЖЕНИЕ

К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ - ОБЕДОВ И ПОЛДНИКОВ

ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

ПЕРИОД:

2025 -2026г.г.

Возрастная категория:12 лет и старше

меню разработано согласно

Методическим рекомендациям МР 2.4.0162-19

2025 г.

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.

1-я неделя

приём		Bec	Пищев	ые веще	ства (г)	Энергети-	Nº pe-	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая	цептуры тк / ттк	Сб. p-p / год. изд.
			Б	ж	У	ценность		
	3 A B T P A K							тод. изд.
неделя	parosin la lasi	160	6,99	6,49	39,53	243,85	32	206/2
	Мясо отварное в бульоне	90	18,09	18,00	0,09	234,00	53	MP/2.26/1
1 -я	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	MP/11.9/1
День	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11.54	92,49	9	040000000000000000000000000000000000000
1 -й	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	Пром.пр
итого за з	автрак	590	27,78	28,37	77,92	680,13	7.5	82 / 2
	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		
	ОБЕД							
неделя	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	MP/8.2 /1
1 -я	Борщ с капустой и картофелем	300	2,758	5,123	11,532	109,20	10	TTK/82/17
	Рагу из птицы	230	21,87	16,76	19,69	317,06	43	376/21
День	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	502/21
1 -й	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за о	бед	830	32,06	30,155	0,06	717,99		тром.пр.
	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	полдник					10,01		
1 -я	Чай с сахаром	180	0,18	0	13.5	51,30	74	MDM4.040
День	Икра из кабачков	60	0,5	2,4	3,3	40,00	8	MP/11.9/19 MP/8.20/19
1 -й	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41.20	9	==:
	Плоды свежие (банан)***	120	2,16	4,72	20,638	133,67	80	Пром.пр. 82 / 21
того за по	олдник	370	3,86	8,823	43,21	266,17		02/21
	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		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	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

ВСЕГО: 32 ОБЕД И ПОЛДНИК	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

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	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").

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

12-ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮДШКОЛЬНЫХ 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		Bec	Пищев	ь веще	ства (г)	Энергети-	Nº pe-	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки Б		углеводы У	ческая ценность	цептуры ТК / ТТК	Сб. p-p / год. изд.
	3 A B T P A K					ценновия	11.7.111	тод. изд.
неделя	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,1167	2,684	14,934	2	140/04
1 -я	Плов из риса с отварным мясом	250	20,30	23,10	48,50	488,00	58	MP/8.1
День	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	35,40			MP/2.10a
2 -й	Хлеб безглютеновый*	30	3,05	5,10	17,31	140,00	68	MP/11.6
итого за з	автрак	550	24,17	28,32	103,90	138,73 781,66	9	Пром.
	Норма по МР 2.4.0162-19.	25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
F	отклонение от нормы (+/-)%		-1,76	1,24	1,70	1,60		
	ОБЕД					1,00		
неделя	Икра морковная	60	1,03	4,38	4,53	60,10	6	******
1 -я	Суп с крупой (гречка)	250	3,21	3,83	11,81	94,74	18	MP/8.9a
День	Омлет с птицей и / овощи	165	29,82	17,98	2,12	291,22	41	TTK/115 /
	консервированные отварные	35	0,91	1,09	1,804	22,008	41	274/2 157/2
2 -й	Молоко кипячёное ***	200	5,8	5,00	9,60	107,00	76	
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	385/
	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	Пром.п
того за об	бед	860	44,31	37,85	58,94	766,60	,,,	82 /2
	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	полдник							
1 -я	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	MP/11.10/1
День	Биточек рисовый с морковью	120	2,53	7,37	20,65	158,06	38	
2 -й	и / джем абрикосовый	30	0,149	0,0165	15,447	62,54	38	193 /1
гого за по	лдник	350	2,98	7,49	51,29	279,59	30	
	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		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	68,48	66,16	162,84	1548,26
Норма по МР 2.4.0162-19. 60	% 62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+/-)%	5,84	1,32	-18,16	-7,32

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		47,29	45,34	110,24	1046,19
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+ /-) %		0.47	-2.98	-16.68	-9.40

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		71,46	73,65	214,13	1827,855
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75.53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %		-1,29	474	- Charles and Co	
		-1,29	-1,/4	-14,98	-7.81

^{*} рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий,

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

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

Россия Краснодарский край

12-ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮДШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ___ г.г.

R-L	неделя

приём		Bec	Пищев	ые вещес	тва (г)	Энергети-	Nº pe-	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая	цептуры	Сб. р-р /
			Б	ж	у	ценность	TK / TTK	52.000
	3 A B T P A K					ценность	IN / IIK	год. изд.
неделя	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	MP/8.2 /1
1 -я	Тефтели рыбные (минтай) ***	100 /20	12,70	4,45	7,19	119,99	62	239/1
День	Пюре картофельное /	120	2,60	4,00	18,10	125,00	22	
3 -й	/ Капуста отварная (сложный гарнир)	60	1,26	1,38	3,18	30,60	22	MP/7.1/1
	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	MP/7.13a/ 389/1
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр
итого за з	автрак	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		
	ОБЕД							
неделя	Икра секольная	60	1,00	5,10	5,70	73,00	7	MP/8.9a /1
1 -я	Суп из овощей	250	2,29	3,80	10,31	84,62	14	TTK/ 99 /17
День	Мясо тушёное	50 / 50	15,20	17,38	2,56	225,00	54	256/17
3 -й	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	
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	Пром.пр.
итого за об	5ед	920	26,01	36,82	102,97	855,81	/3	82 /21
	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	полдник							
1 -я	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	140/04 5 /40
День	Сардельки мясные паровые	100	18,40	15,60	3,50	228,00	52	MP/11.5 /19
3 -й	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	MP/2.21/19
того за по	лдник	320	20,63	19,200	40,84	423,49		Пром.пр.
	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		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,09	50,12	164,51	1316,69
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+/-)%	-15,68	-13,55	-17,73	-15,20
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	46,64	56,02	143,82	1279,30
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+/-)%	-0,15	6,92	-8,05	-1.47
ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	66,72	69,32	205,36	1740,173
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+/-)%	-5,84	-5,76	-17.24	-10.79

^{*} рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий,

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

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

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.

1-я неделя

приём		Bec	Пищев	ые вещес	тва (г)	Энергети-	Nº pe-	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая	цептуры ТК / ТТК	Сб. р-р /
			Б	ж	У	ценность		год. изд.
	3 A B T P A K							
неделя	Каша вязкая гречневая	180	5,50	6,01	24,63	174,60	34	303/
1 -я	Мясо отварное в бульоне	90	18,09	18,00	0,09	234,00	53	MP/2.26/
День	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	MP/11.9/
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	
4 -й	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	52,80	79	Пром.п
итого за з	вавтрак	610	26,29	27,89	63,02	610,89		02/
	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		
	ОБЕД							
неделя	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,1167	2,684	14,934	2	MP/8.1/19
1 -я	Суп картофельный с горохом	300	6,965	4,967	22,312	161,76	17	MP/1.16/19
День	Мясо духовое	220	17,29	17,35	19,14	301,00	56	258/1
4 -й	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	502/2
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр
того за о	бед	820	32,03	30,635	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		
	полдник							
неделя	Чай с сахаром	200	0,2	0	15	57,00	74	MP/11,9/1
1 - я	Яйцо варёное ***	40	5,10	4,60	0,30	63,00	40	MP/4,1/1
День	Горошек консервированный	40	1,10	0,07	2,30	14,70	4	54-213/22
4 -й	Плоды свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,198	111,39	80	82 / 21
того за по	олдник	380	8,20	8,606	34,80	246,094		/ 2.
	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		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		58,32	58,52	149,63	1372,31
Норма по МР 2.4.0162-19.	60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+/-)%		-3,92	-5.76	-21,55	-13.31

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	40,23	39,24	121,41	1007,52
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+ / -) %	-6,32	-8.63	-13.81	-10.72

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	66,52	67,13	184,43	1618,40
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+/-)%	-6,04	-7.78	-22.61	-14 93

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

^{**} 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)

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.

1-я неделя

приём		Bec	Пищев	ые вещес	тва (г)	Энергети-	Nº pe-	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая	10.00	
			Б	ж	у		цептуры	Сб. р-р /
	ЗАВТРАК		-	7.5	,	ценность	TK / TTK	год. изд
неделя	Перец болгарский в нарезке	70	0.05		1 March 2011	WALDES!		
1 -я	Биточки мясные паровые	100	0,96	0,09	3,41	17,94	3	54-43
День	Картофель и овощи тушёные в соусе		15,03	14,35	5,74	212,21	46	MP/2.6
5 -й	Компот из яблок	180 200	3,60	10,60	26,16	214,68	27	142/
	Хлеб безглютеновый *		0,2	0,2	25,80	103,00	70	MP/11.5 /19
итого за з		20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.
		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		
	ОБЕД							
неделя	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	MP/8.1/19
1 -я	Щи из свежей капусты вегетарианские	250	1,70	4,20	8,30	79,00	13	
День	Рыба припущенная***	100	15,56	7,47	0,85	132,73	65	MP/1.2a/
5 -й	Картофель отварной	120	2,29	3,46	18,41	113,88	30	227/
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	26	108,0	66	310/
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	389/1
	Плоды свежие (апельсин)***	100	0,781	0,15	8,1467	37,03	81	Пром.п 82 / 21
того за о		870	25,19	20,49	81,70	624,30		02/21
	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	полдник			T				
1 -я	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	ND/44 46#
День	Котлета школьная паровая	90	14,99	8,40	5,36	157,37	47	MP/11.10/1
5 -й	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	347/2
того за по	рлдник	310	17,32	11,90	32,10	308,9	2	Пром.пр
	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			
			-,00	1,00	-1,/5	0,51		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		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
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		42,51	32,39	113,80	933,15
ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	42,51 46,80	32,39 48,56	113,80 175,14	

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	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").

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

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.

1 - я неделя

приём		Bec	Пищев	ые вещес	тва (г)	Энергети-	Nº pe -	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая	цептуры	Сб. р-р /
			Б	ж	у	ценность	TK / TTK	год. изд.
	3 A B T P A K						-	, og, nog,
неделя	Каша пшенная вязкая	180	4,77	5,10	26,40	170,36	33	2004
1-я	Пюре из отварного мяса в бульоне	85	18,00	15,50	0	211,00	60	303/1
	Компот из апельсинов	200	0,45	0,1	33,99			MP/2.1 /1
День	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	35 30 1000	141,00	71	346/1
6 -й	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,54 11,76	92,49	9	Пром.пр
итого за з	завтрак	605	25,73			52,80	79	82 / 2
	Норма по МР 2.4.0162-19.	0.5.5		24,58	83,70	667,65		
	отклонение от нормы (+ /-) %	25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
			-0,26	-2,22	-3,50	-2,28		
	ОБЕД							
110 50 55	Икра морковная	60	1,03	4,38	4,53	60,10	6	MP/8.9a /19
неделя 1 -я	Суп крестьянский с крупой (пшено)	250	2,96	4,87	12,30	104,71	20	250/22
День	Ежики мясные	120	16,322	21,88	13,56	317,68	48	347/22
день 6-й	Картофель отварной	155	2,95	4,46	23,78	147,10	30	310/17
0-И	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84,80	66	389/17
enerty action are transferred to the control of the	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр.
итого за о	бед	815	27,32	40,68	91,69	853,12		1
	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	полдник							
1 -я	Компот из свежих фруктов	200	0,216	0	20,27	81,57	72	822/22
День	Омлет с зелёным горошком ***	100	7,14	10,72	3,43	138,57	42	269/21
6 -й	Плоды свежие (апельсин)***	100	0.781	0,15	8,1467	37,03	81	
	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,20	9	82 / 21 Пром.пр.
того за по	олдник	410	9,16	12,562	37,62	298,37		1 іром.пр.
ŧ	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	800	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	(100 to 100 to 1
отклонение от нормы (+ / -) %	_	307		1763,40
(, , , , , , ,	-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").

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

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		Bec	Пищев	ые вещес	тва (г)	Энергети-	Nº pe-	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая	цептуры	CE
	**	364	Б	ж	у	ценность	тк / ттк	Сб. р-р /
	3 A B T P A K					цеплоств	IN / IIK	год. изд.
неделя	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	
2 - я	Сардельки мясные паровые	90	16,50	14,10	3,20			MP/8.1,
	Морковь припущенная	150	2,10	3,10	11,10	205,00 82,00	52	MP/2.21
День	Какао с молоком ***	200	3,3	2,9			26	MP/7.14a
7-й	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	22,91	126,68	78	462/
	Плоды свежие (банан)***	100	1,8	3,94	11,54 17,194	92,49	9	Пром.г
итого за з	автрак	630	26,55	27,55	68,63	111,39	80	82/
	Норма по МР 2.4.0162-19.	25%	26,00	26,98		632,49		
	отклонение от нормы (+ /-) %	2370	0,53	0,54	97,30	734,75		
	ОБЕД		0,00	0,54	-7,37	-3,48		
	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0.07				
неделя	Рассольник ленинградский	250	2,74		1,33	8,00	1	MP/8.2 /
2 -я	Рагу из овощей	180	3,25	4,83 11,24	15,71	116,80	15	96/
День	Котлета мясная паровая	100	19,39	17,99	5,83	174,72 262,53	25 50	54-241/2
7 -й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	0	20,2	84.80	66	MP/2.8 /
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	389/1
того за об	бед	830	29,91	39,23	75,63	785,59		Пром.п
	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	полдник					0,27		
2 -я	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	outed the community
День	Яйцо варёное ***	40	5,10	4,60	0,30			MP/11.5 /19
7 -й	Кукуруза сахарная	70	1,40	0,23	7,12	63,00	5	MP/4,1/1
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	36,52 92,49	9	54-213/2
того за по	лдник	330	8,73	8,433	44,76	295,00	9	Пром.пр
	Норма по МР 2.4.0162-19.	10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
Ĭ.	отклонение от нормы (+/-) %		-1.60	-2,18	1,50	0,04		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД		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

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	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

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	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").

^{**} 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)

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

пищи неделя 2-я День	Наименование блюда ЗАВТРАК Огурец свежий в нарезке Каша гречневая с овощами Бефстроганов	блюда	белки Б	ые вещес жиры Ж	углеводы У	Энергети- ческая ценность	№ ре- цептуры	№ по Сб. p-р /
2 -я День	Огурец свежий в нарезке Каша гречневая с овощами	70	Ь	ж	У	HENNOCT		4
2 -я День	Огурец свежий в нарезке Каша гречневая с овощами	70				цеппость	TK / TTK	год. изд.
2 -я День	Каша гречневая с овощами	70	0.000 0.000	2000				
8.0		400	0,49	0,07	1,33	8,00	1	MP/8.2 /
8.0	Бефегроганов	180	6,65	4,56	29,12	183,69	35	658/
8-й	Компот из смеси сухофруктов	100	18,00	20,11	5,58	279,00	55	MP/2.3
	Хлеб безглютеновый *	200	0	0	35,40	140,00	68	MP/11.6 /
		20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.п
итого за за		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		
	ОБЕД							
	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09	3,41	17,94	3	54-43/2
	Суп с крупой (пшеной)	250	3,50	5,19	16,51	126,79	19	115/1
День	Рыба припущенная***	100	15,56	7,47	0,85	132,73	65	
-	Картофель тушёный	145	2,92	3,188	21,407	126,077	28	227/1
8-й	Сок фруктовый (абрикосовый)	200	1	0	25,4	105,60	66	647/2
2	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	389/17
1 1	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	Пром.пр
того за об	ед	895	27,39	21,44	94,69	691,86	73	82 / 2:
	Норма по МР 2.4.0162-19.	35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
c	отклонение от нормы (+ / -) %		-8,67	-15,13	-10,67	-11,46		
неделя	полдник			10,10	10,07	-11,40		
2 -я	Сомпот из смеси сухофруктов	200	0	0	25.40			
- F	Течень тёртая	100			35,40	140,00	68	MP/11.6 /19
8-й ×	Клеб безглютеновый *	10	18,94	10,33	7,35	196,85	61	358/21
того за пол	т д ник	310	19,95	1,7	5,77	41,20	9	Пром.пр.
	Норма по МР 2.4.0162-19.	10%	10,40	12,03	48,52	378,05		
0	тклонение от нормы (+ / -) %		9,18	1,15	38,92	293,90		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	54,56	49,58	177,66	1395,04
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ /-)%	-7.54	-14.05	-14.35	-12,53

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	47,34	33,47	143,21	1069,92
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
отклонение от нормы (+ /-)%	0.52	-13.98	-8.20	-8,60

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	74,51	61,61	226,18	1773,10
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ /-) %	1,64	-12.90	-11,88	-9.67

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

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

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		Bec	Пишав	ые веще	TD0 (=)	2		
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры		Энергети-	Nº pe-	№ по
	,	олнода	Б	ж	углеводы	ческая	цептуры	Сб. р-р /
	3 A B T P A K		-		У	ценность	TK / TTK	год. изд.
неделя		70	-					
2 -я	Шницель рыбный(на пару)***		0,82	0,12	2,68	14,93	2	MP/8.1/
	Пюре картофельное/	100	15,47	4,28	1,59	107,98	64	235/
День	Капуста тушёная (сложный гарнир)	110	2,38	3,67	16,59	114,58	23	MP/7.1/
9 -й	Сок фруктовый (яблочный)	70	1,72	5,33	4,90	78,62	23	MP/7.7/
	Хлеб безглютеновый *	200	1	0	20,2	84,80	66	389/1
итого за з		20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.п
71010 3a 3		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	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	MP/8.2 /1
День	Борщ с картофелем	250	2,46	5,00	12,98	106,97	11	TTK/ 83 /1
9 -й	Плов из риса с отварным мясом	200	16,30	18,50	38,80	390,00	59	MP/2.10a /1
	Отвар шиповника с сахаром	200	0,7	0,3	24,7	117,00	67	MP/11.146/1
	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 / 2 ⁻
того за о	бед	870	23,48	29,45	106,88	813,49	, ,	0272
	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	полдник						T	
	Сок фруктовый (персиковый)	200	1	0	26	108,0	66	200/47
	Каша гречневая с овощами	150	5,54	3,80	24,27	153,08	35	389/17
9 -й	Хлеб безглютеновый *	10	1,015	1,7	5,77	41,20	9	658 / 22
гого за по	олдник	360	7,56	5,50	56,04	302,28	,	Пром.пр.
	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	273,70		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	46,90	46,26	164,39	1306,90
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ / -) %	-14,90	-17,13	-17.76	-15,53

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	31,03	34,95	162,92	1115,77
Норма по МР 2.4.0162-19. 45	5% 46,80	48,56	175,14	1322,55

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	54,46	51,76	220,42	1609.17
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ /-)%	-17,64	-22,03	-13,36	-15,25

^{*} рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий,

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

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

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		-	Т					
	20	Bec		вые веще	ства (г)	Энергети-	Nº pe-	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая	цептуры	Сб. р-р /
			Б	ж	У	ценность	TK / TTK	год. изд.
	3 A B T P A K						7.5.7.7.1.8	тод. изд.
неделя		230	5,35	5,13	49,95	266,49	37	663/
2 -я	Какао с молоком и витаминами ***	200	3,9	3,10	25,16	145,00	77	502/
День	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54		9	
10-й	Плоды свежие (яблоко)	120	0,48	0,48	11,76	92,49	79	Пром.п
итого за з	вавтрак	570	11,76	12,11	98,41	52,80	19	82 /2
	Норма по МР 2.4.0162-19.		26,00	26,98	97,30	556,77		
	отклонение от нормы (+ / -) %		-13,69	-13,77		734,75		
ī	ОБЕД		10,03	-13,77	0,29	-6,06		
	Горошек зелёный консервированный	70	1,98	0.40	College College			
	Суп "Минестроне"	250		0,12	4,08	25,78	4	54-203/2
неделя	Котлета рубленая из птицы	100	2,569	4,11	11,658	93,77	16	249/2
2 -я	Картофель отварной и /	140	24,53	10,52	1,00	198,02	45	615/2
	соус сметанный с овощами	35	2,67	0,51	21,36	100,94	29	125/1
День	Компот из смеси сухофруктов	200	0,38	3,04	1,03	32,81	29	332/1
10 -й	Хлеб безглютеновый *		0,5	0	31,69	128,2	69	54-1xH/22
того за о		30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	Пром.пр
- Annabas -	Норма по МР 2.4.0162-19.	825	35,68	23,40	88,14	718,25		
	отклонение от нормы (+ / -) %	35%	36,40	37,77	136,22	1028,65		
неделя	полдник		-0,69	-13,32	-12,35	-10,56		
2 -я	Сок фруктовый (яблочный)							
День	Голубцы ленивые с соусом	200	1	0	20,2	84,80	66	389/17
10 -й	Хлеб безглютеновый *	100 / 20	18,95	11,61	4,09	171,87	49	525/22
того за по		20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.пр.
		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		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	47,45	35,51	186,55	1275,03
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ /-)%	-14.38	-27.09	-12.07	-16,62

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК	57,66	38,41	123,97	1067.41
Норма по МР 2.4.0162-19. 45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
тклонение от нормы (+ /-)%	10.44	-9.41	-13.15	-8,68

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	69,43	50,52	222.38	1624.18
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %	-3,24	-23.18	-12.86	2057,30

^{*} 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 исклучить).

^{**} 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)

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		Bec	Пищев	ые вещес	тва (г)	Энергети-	Nº pe-	№ по
пищи	Наименование блюда	блюда	белки	жиры	углеводы	ческая	цептуры	Сб. р-р /
			Б	ж	У	ценность	TK / TTK	год. изд.
	3 A B T P A K						ORDER N. S. SARA	
неделя	Огурец свежий в нарезке	70	0,49	0,07	1,33	8,00	1	MP/8.2
2 -я	Жаркое по - дормашнему	200	16,42	17,79	23,10	336,00	57	259
День	Чай с сахаром и лимоном	200	0,3	0,1	15,2	59,00	75	MP/11.10
11 -й	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	Пром.
	Плоды свежие (банан)***	100	1,8	3,94	17,194	111,39	80	82 / 21
итого за з	автрак	590	21,04	25,30	68,37	606,88		02/21
	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		
	ОБЕД							
	Помидор свежий в нарезке	70	0,82	0,12	2,68	14,93	2	MP/8.1/
неделя	Щи из свежей. капусты с картофелем	250	2,198	4,941	8,50	87,46	12	
2 -я	Биточек рыбный*** и / соус	80/ 20	9,94	3,21	6,77	96,01	63	TTK / 88 / 463/2
День	Каша вязкая (пшённая)	180	4,77	5,10	26,40	170,36	33	303/
11 -й	Молоко кипячёное ***	200	5,8	5,00	9,60	107,00	76	
	Хлеб безглютеновый *	30	3,05	5,10	17,31	138,73	9	385/
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	0,40	9,8	44,00	79	Пром.п
того за об	5ед	935	26,96	23,87	81,07	658,49		0212
	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	полдник			152450	3.3133	12,00		
2 -я	Компот из яблок	200	0,2	0,2	25,80	103,00	70	71202200 ISSN
День	Яйцо варёное***	40	5,10	4,60	0,30		40	MP/11.5 /19
11 -й	Кукуруза консервированная	70	1,4	0,233	7,117	63,00 36,52	5	MP/4.1/1
	Хлеб безглютеновый *	20	2,03	3,4	11,54	92,49	9	54-213/2
того за по	лдник	330	8,73	8,43	44,76	295,00	,	Пром.пр
	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		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	48,00	49,17	149,44	1265,37
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ /-)%	-13.85	-14.43	-21.60	-16.95

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		35,69	32,31	125,83	953,50
Норма по МР 2.4.0162-19.	45%	46,80	48,56	175,14	1322,55
клонение от нормы (+/-)%		-10,68	-15,06	-12,67	-12,56

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник		56,73	57,60	194,20	1560,38
Норма по МР 2.4.0162-19.	70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+/-) %		-15,45	-16,61	-20,10	-16,91

^{*} 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 исклучить).

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

Россия Краснодарский край

12-ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮДШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ

для организации питания детей с ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная категория: 12 лет и старше

Сезон:

2023 - ___ г.г.

2	-	Я	Н	0	л	P	п	a
-				C.	4	C	"	л

приём		Bec	Пищев	ые веще	ства (г)	Энергети-	Nº pe-	Nº no
пищи	Наименование блюда	блюда	белки Б	жиры Ж	углеводы У	ческая ценность	цептуры тк / ттк	Сб. р-р
ŧ	3 A B T P A K		1	7.1	,	цеплость	IK / IIK	год. изд
неделя	Помидор свежий в нарезке	70	0.82	0,12	3.60			
2 -я	Птица тушёная в соусе	50/50	16,96	11,26	2,68	14,93	2	MP/8.1
День	Картофель отварной	180	3,43		3,51	177,74	44	290
12 -й	Сок фруктовый (яблочный)	200	1	5,18	27,62	170,82	31	310
	Хлеб безглютеновый *	20	2.03	3,4	20,2	84,80	66	389
того за з	автрак	570	24,24	19.96	11,54 65,55	92,49 540,78	9	Пром
	Норма по МР 2.4.0162-19.	25%	26,00	26,98	97,30	734,75		
	отклонение от нормы (+/-)%		-1,70	-6,50	-8,16	-6,60		
	ОБЕД			0,00	-0,10	-0,00		
	Перец болгарский в нарезке	70	0,96	0,09				
неделя	Суп карт. с рыбой (минтай)	250	10,475	3,25	3,41	17,94	3	54-43
2 -я	Зразы рубленные	90	13,391	17,953	18,25	144,23	21	54-200
День	Каша вязкая (рисовая) / и	130	2,22	3,61	3,102	229,67	51	274
	овощи припущенные	50	1,16	1,30	23,03	133,51	24	303
12-й	Компот из смеси сухофруктов	200	0	0	3,28	29,42	24	138
	Хлеб безглютеновый *	30	3.05		35,40	140,00	68	MP/11.6
	Плоды свежие (яблоко)	100	0,4	5,10	17,31	138,73	9	Пром.
гого за об	бед	920	31,65	0,40 31,70	9,8	44,00	79	82 /
	Норма по МР 2.4.0162-19.	35%	36,40	37,77	113,59	877,49		
	отклонение от нормы (+ /-) %		-4,57	-5,62	-5,81	1028,65 -5,14		
еделя	полдник			102	0,01	-5,14		
2 -я	Какао с молоком ***	200	3,3	2,9	22,91	126.60	70	yer
День	Котлета пшённая с морковю	120	4,11	8,05		126,68	78	462/
12 -й	и / джем абрикосовый	30	0,149	0,0165	20,99 15,447	172,13 62,54	39 39	193/
ого за по	лдник	350	7,55	10,96	59,34	361,34	33	
	Норма по МР 2.4.0162-19.	10%	10,40	10,79	38,92	293,90		
	отклонение от нормы (+/-)%		-2,74	0.16	5,25	2,29		

ВСЕГО: за ЗАВТРАК - ОБЕД	55,89	51,66	179,14	1418,27
Норма по МР 2.4.0162-19. 60%	62,40	64,74	233,52	1763,40
отклонение от нормы (+ / -) %	-6,26	-12.12	-13.97	-11.74

ВСЕГО: за ОБЕД И ПОЛДНИК		39,21	42,66	172,93	1238.83
Норма по МР 2.4.0162-19. 4	5%	46,80	48,56	175,14	1322,55
тклонение от нормы (+ /-)%		-7.30	-5.46	-0.57	1022,00

ВСЕГО: за завтрак - обед - полдник	63,44	62,62	238,49	1779.62
Норма по МР 2.4.0162-19. 70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
отклонение от нормы (+ / -) %	-9.00	-11.96	-8.72	-9,45

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

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

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 6 дней (фактически)

Сезон: **1-я неделя**

2023 - ___ г.г.

	тная категория: 12 лет и старше		Пищеві	ые вещес	тва (г)	Энергетическая
	меню завтраки 10-тидневка 1-я неделя		белки Б	жиры Ж	углеводы У	ценность Ккал
	Норма по MP 2.4.0162-19. за сутки	100%	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
	е 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
	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
	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
Этклонение	от нормы в % (+/-)		-5,09	-4,03	-16,66	-8,70
3ABTPA	аки - обеды и полдники	70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
	Среднее за 6 дней (фактически)		65,82	69,39	187,43	1707,22
тклонение	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		Пищев	ые вещес	тва (г)	Энергетическая
меню завтраки 10-тидневка 2 - я неделя	28	белки Б	жиры Ж	углеводы У	ценность Ккал
Норма по MP 2.4.0162-19. за сутки	100%	104	107,9	389,2	2939
12-18л ЗАВТРАКИ	25%	26,00	26,98	97,30	734,75
Среднее за 6 дней (фактически)	1	22,36	21,64	73,57	588,92
Отклонение от нормы в % (+/-)	Y	-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)	100	29,18	28,18	93,33	757,53
Отклонение от нормы в % (+/-)		-6,94	-8,88	-11,02	-9,22
12-18л полдники	10%	10,40	10,79	38,92	293,90
Среднее за 6 дней (фактически)	4	12,42	10,06	48,21	330,14
Отклонение от нормы в % (+/-)		1,94	-0,68	2,39	1,23
12-18л 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
12-18л 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
Этклонение от нормы в % (+/-)		-5,00	-9,56	-8,63	-7,99
ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
Среднее за 6 дней (фактически)		63,96	59.89	215,12	1676,59
тклонение от нормы в % (+/-)		-8,50	-14,50	-14,73	-12,95

Россия Краснодарский край

12 - ТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ-ОБЕДОВ-ПОЛДНИКОВ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ С ЦЕЛИАКИЕЙ (безглютеновая диета)

Возрастная	катего	рия: 12 пе	т и старше
Среднее за	12 лне	и (макти	recking the second

Сезон:

2023 - ___ г.г.

Возрастная категори			Пищевы			Энергетическая
меню завтра			белки Б	жиры Ж	углеводы У	1
	по MP 2.4.0162-19. за сутки	100%	104	107,9	389,2	2939
	АВТРАКИ	25%	26,00	26,98	97,30	734,75
	а 12 дней (фактически)		23,34	23,41	75,35	614,59
Отклонение от нормы	SIB % (+/-)		-2,56	-3,30	-5,64	-4,09
12 - 18 л	ОБЕДЫ	1				
The second secon		35%	36,40	37,77	136,22	1028,65
Отклонения от нети	а 12 дней (фактически)		30,17	30,48	81,83	760,37
Отклонение от нормь	IB % (+/-)		-5,99	-6.75	-13 97	0.12

			0,00	-0,73	-13,97	-9,13
12 - 18 л	полдники	10%	10.10		EAST COL	
		10%	10,40	10,79	38,92	293,90
	Среднее за 12 дней (фактически)		11,39	10,75	44,09	316,95
Отклонение	отнормы в % (+/-)		0,95	-0,04	1,33	0.78

2-18л ЗАВТРАКИ И ОБЕДЫ	60%	62,40	(151		
	00.70	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	177.11	
			40,00	40,50	175,14	1322,55
Отклонение	Среднее за 12 дней (фактически)	1	41,55	41,22	125,92	1077,32
отклонение (от нормы в % (+/-)	9.	-5,05	-6,80	-12,65	-8,34

ЗАВТРАКИ - ОБЕДЫ И ПОЛДНИКИ	70%	72,80	75,53	272,44	2057,30
Среднее за 12 дней (фактически)				2/2,44	2037,30
Отклонение от нормы в % (+/-)		64,89	64,64	201,27	1691,90
- потопение от нормы в % (+/-)		-7,61	-10,10	-18,29	-12,43

Ответственный за разработку меню

Knubereno I.M. OKpf-

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"

Таблица 1 - Перечень пищевой продукции, которая не допускается в питании детей и подростков

Для детей с целиакией (безглютеновая диета)

Ĺ	The state of the s
- 1	мука пшеничная и ржаная;
	овсяные, пшеничные и ячменные хлопья, манная коупа:
	продукты переработки пшеницы, овса, ржи:
	колбасные изделия вареные, полукопченые, копченые:
	мясные консервы;
	рыбные консервы;
	йогурт;
	кофейный и какао-напитки;
7 H	любые конфеты и шоколад, в составе которых солержится солол:
- 1	вафли, вафельная крошка;
12)	повидло;
	томатная паста;
1	продукты промышленного произволства соденения

К группе заболеваний, при которых дети нуждаются в индивидуальном подходе при организации питания, также относится целиакия.

Целиакия — это хроническая, генетически детерминированная аутоиммунная Т-клеточно-опосредованная энтеропатия.

Большое значение в формировании целиакии имеет состояние пищеварительной функции желудка и тонкого кишечника, от которых зависит нейтрализация пептидов токсичной глютеновой фракции в результате гидролиза. Различия в клинических проявлениях целиакии во многом определяются состоянием иммунной функции и иммунорегуляции организма.

Целиакия характеризуется стойкой непереносимостью специфических белков эндоспермы зерна некоторых злаковых культур с развитием атрофической энтеропатии и мальабсорбции (нарушение всасывания), вследствие отсутствия метаболических систем, участвующих в ассимиляции белкового компонента пищевых злаков — проламина (глютена).

Диетотерапия при целиакии основана на принципе исключения из потребляемой пищи токсичного для этих больных глютена.

Из пищевого рациона полностью должны быть исключены продукты и блюда, содержащие проламин – одну из 4 фракций белка пищевых злаков.

Самое высокое содержание проламина имеют пшеница, рожь (33-37%) и просо (55%), умеренное количество обнаруживается в овсе (10%). Таким образом, в список запрещенных попадают все продукты и блюда, содержащие пшеницу, рожь, просо, ячмень и овес.

Также исключаются продукты промышленного производства, содержащие екрытый глютен — полуфабрикаты мясные и рыбные, колбасные изделия, мясные и рыбные консервы, молочные продукты (йогурты, творожки, сырки), кукуруэные хлопья,

В меню должны быть включены каши из гречневой и рисовой круп. Безглютеновое питание — единственный способ этиотропной профилактики. полуфабрикаты овощные в панировке [7].

Высокий антиоксидантный потенциал имеют перец, томаты, капуста (белокочанная, брюссельская, брокколи), чеснок, лук, чернослив, изюм, цитрусовые, красный грейпфрут, ягоды (черника, клюква, брусника, черная смородина, клубника, земляника, малина) [7]. Природными поставщиками антиоксидантов являются свежие фрукты, овощи и зелень.

Во избежание попадания малейших примесей глютена в пищу ребенка все безглютеновые продукты должны храниться в отдельном месте.

На пищеблоке для приготовления пищи рекомендуется выделить отдельное помещение, оборудованное технологическими столами (не менее двух – для сырой и готовой продукции), разделочным инвентарем и моечной ванной. Необходимо иметь отдельные

Посуда и столовые приборы, должны отличаться цветом или рисунком и (или) формой, допускается использование одноразовой посуды. технологические столы, кухонную посуду и разделочный инвентарь [7].

Рекомендуется использовать посуду, приобретенную образовательной организацией специально для детей больных целиакией.

Допускается использовать посуду, принесенную ребенком из дома. Кухонная и столовая посуда, инвентарь моется в отдельной моечной ванне или отдельной, специально выделенной емкости с последующим ополаскиванием в проточной воде. Организация питания детей с целиакией в возрасте от 1,5 до 17 лет (для руководителей дошкольных образовательных учреждений и предприятий питания .

Утверждённый "Вицпрезидент Санкт-петербурского отд. Соуз педиатров России д.м.н. поф. Е.М.Булатова от 19 декабря 2011г.

Парфенов А.И. Диагностика и терапия глютенчувствительной целнакии /А.И.Парфенов, П.Л.Щербаков //Т рудный пациент № 11, том 8, 2010 г.- С. 52-56. 11. Барановский А.Ю. Диетология. Руководство. Учебное пособие. Под ред. А.Ю. Барановского. Санкт-Петербург: Питер. 2012. 1024 с.

2. Маталыгина О.А., Романо

Первичная обработка продукт

Подготовленные овощи используют сразу же. Если они предназначены для салата, то их необходимо ошпарить кипятком. Свежие огурцы очищают. Овощи, используемые для холодных закусок, варят на пару непосредственно перед употреблением. Морковь, свеклу и картофель лучше отваривать или запекать в кожуре, очищать и нарезать после остывания. Зелень перебирают, промывают и обдают кипятком. Её мелко шинкуют ножом из нержавеющей стали и закладывают в готовое блюдо, Их необходимо тцательно перебирать и промывать не менее 6 раз из-за возможности загрязнения пшеницей при выращивании, транспортировке, хранении и фасовке (использование одного совка для развешивания манной и гречневой круп).

сняв его с отня. Фрукты тщательно моют в холодной проточной воде, а затем обдают кипятком. Фрукты с плотной кожурой (яблоки, груши), лучше очищать. Ягоды промывают в дуршлаге сначала проточной, затем кипяченой водой.

Все блюда готовят на пару или варят. Для приготовления бульонов мясо и птицу освобождают от сухожилий, жира и костей, режут на маленькие кусочки, промывают, закладывают в холодную воду и доводят до образования пены. воду и первичный бульон не сливается.

Затем первичный бульон сливают, мясо повторно заливают горячей кипяченой водой и варят на медленном огне до готовности. При варке рыбного бульона воды нужно налить столько, чтобы она покрывала рыбу примерно на 1см. Рыба закладывается в подсоленную

В приготовлении вторых блод из маса, птицы и рыбы должны преобладать тушение, варка (на пару или при слабом кипении), припускание. Зажаривать можно только до легкой корочки, а затем доводить блюдо до готовности на слабом огне. низких температурах или на пару.

Следует помнить, что в процессе домашнего приготовления пищи при избыточной температуре могут происходить нежелательные изменения жира и других пищевых веществ. Самые безопасные блюда готовятся способом варки или тушения на максимально Каши можно готовить вязкими или рассыпчатыми. Масло кладут уже в снятую с плиты кашу.

Сырое молоко необходимо кипятить, даже если вы на нем что-то готовите. Молоко кипятится не менее 1-2 минут.

Свежеотжатый сок непосредственно перед употреблением разводят чистой кипяченой водой.

В зависимости от функционального состояния кишечника пища дается в протертом виде (в период поносов) или без специального измельчения (при нормализации стула). Температура горячих блюд 57-62°С, холодных не ниже 15°С.

Продукты промышленного производства, которые могут содержать «скрытый» глютен Продукты, в составе которых глютен не декларирован

колбасы, сосиски*, полуфабрикаты из измельченного мяся и рыбы** фарш, изготлальный на месчен
мясные и рыбные консервы**
многие овощные и фруктовые консервы, в том числе для датского питачие **
томат-ные пасты, кетүүпы"*, некоторые салатные заправки, томуны "майонет"*
соевые, устричные, рыбные соусы, готовые смеси тертых приправ и специй
некоторые сорта мороженого, йогуртов, творожные сырки и пас-ты, плавленые сыры, марталины с глихентопельные сырки
бульонные кубики, концентрированные сухие супы, картофельное пюре быстрого пригования
картофельные и кукурузные чипсы***, замороженный картофель фри
Кукуруаные хлопья (содержат солод), маринады, пасты
Кофе быстрорастворимый, какао-смеси «быстрого приготовления»
«крабовые палочки» (и другие имитации морепродуктов)
Карамель, соевые и шоколадные конфеты с начинкой, «чупа-чупс», восточные сладости, повидло прохышноги в помера в посточные сладости, повидло прохышноги
пищевые добавки (краситель аннато Е106b, карамельные красите-ли Е150a - E150d, мальтол Е656 годинальтол Е658 година
тальта сероу, политально сероу, политально серой (дому примент и тально серой 1965, моно- и тиглицериды жирных кислот F471)

[•] исключая безглютеновые сорта

^{•••} из-за содержания солода

Группа	Продукты
Пищевые злаки и крупы	Кукурузные - мука, каша, крахмал, хлопья,
	кукурузные палочки*
	Рисовые - мука, каша и др. изделия из риса
	Просо, пшенная каша
	Гречневые мука и каша
	Амарант, квиноа, тапиока**
Мясо, мясопродукты	Свежее натуральное мясо
	Копченое мясо - шинка, окорок, буженина
	Колбаса "Докторская" (безглютеновая)
	Сосиски (безглютеновые)
Яйца	Куриные
	Перепелиные
Жиры	Масло сливочное коровье ***
	Масло растительное
	(подсолнечное, кукурузное, оливковое)
Рыба	Свежая
	Samonomer

[•] есть безглютеновые варианты

	Ометана
	Cwelena
	Кефир
	Простокваша
	Ряженка
	Бифидопродукты
	Teopor***
	Chip***
Эвощи, фрукты, оре	Овощи, фрукты, орехи, бобові Все овощи и фрукты, орехи
	Варенье и конфилюры
	Чечевица, горох,
Напитки	Свежевыжатый сок
	Нектары без солода
	Какао натуральное
	Чай черный, зеленый без ароматических добавок
	Кисель (с кукурузным крахмалом)
	Компот
Сладости	Шоколад натуральный
	Шоколадные конфеты
	Пастила, зефир, мармелал

Безглютеновые зерновые продукты (для детей с целиакией в остром периоде заболевания)

№ п/п Наименование продукта	Компоненты сырья		
Corposition on particular		Уецептура, %	200
A CORPORATION PROCESSION		крупа рисовая	
Toronto State of the state of t		изолят соевого белка	
гогован продукт кукурузный			
E STORY OF THE STO		крупа кукурузная	
Nideantagi inggani nideantagi		крупа гречневая	
		крупа кукурузная	

Безглютеновые зерновые продукты (для детей с целиакией в стадии ремиссии)

6	Petentypa, %	06	N	70	95	S	09	35
Компоненты сыры	redical calculation	крупа рисовая	изолят соевого белка	сахар-песок	крупа кукурузная	сахар-песок	крупа гречневая	крупа кукурузная
Nº п/п Наименование продукта	1 Готовый продукт рисовый			7 Parantily macanilla	KVKVDV3HNIŽ		о гоговый продукт гречневый	

Таблица замены мучных продуктов

лиадинсодержащий	Macca, r	Безглиадиновый пролукт - заменитель	
продукт		OF THE PROPERTY OF THE PROPERT	Macca, r
Хлеб и хлебобулочные издели	100	Безглютеновый хлеб	
		Безглютеновые булочки	2
		Хлебцы кукурузные, рисовые, гречично-писовые	27.07%
Макаронные изделия	100		20
		резглютеновые спагети, перья, спирали, рожки, ракушки, колечки, вермишель	37
печенье, кексы, вафли	100	Безглютеновые кексы с абрикосовым джемом, безглютеновые вафли с ванилью, безглютеновое	50
Myka	500	печелые — оисквиты, оезглютеновое печенье многозерновое	
	001	Мука рисовая, мука кукурузная, мука гречневая, безглютеновая мучная смесь для выпечки,	50

не содержащие солодовый экстракт
 квиноа - рисовая лебеда, тапиока - крупа из крахмала корней маниоки
 некоторые сорта могут содержать глютен (необходимо проверять йодом

```
Напитки кисломолочные (с массовой долей жира 2,5-4%), в том числе, кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, варенец, в том числе обогащенные живыми пробиотическими
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    Молоко коровье пастеризованное и стерилизованное (витаминизированное из натурального сыръя с массовой долей жира 2,5-3,5%)
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               Изделия булочные с повышенной пищевой ценностью, в том числе, витаминизированные безглютеновые
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  Каши витаминизированные быстрого приготовления из гречневой, пшенной, рисовой крупы
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            Изделия творожные для детского питания безглютеновые (с массовой долей жира до 9%)*
                                                                                                   Варенье без консервантов (в том числе, без сернистого ангидрида) стерилизованное
                                                                   Варенье без консервантов (в том числе, без сернистого ангидрида) стерилизованное
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               Изделия фигурные и хлопья из круп (злаков) безглютеновые витаминизированные
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 Масло коровье сладкосливочное несоленое 82,0 % жирности и 82,5 % жирности
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 Напитки витаминизированные, в том числе, инстантные безглютеновые
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           Конфеты шоколадные без вафельной крошки и вафельной прослойки*
                                                                                                                                                                                                               Гематоген и конфеты, обогащенные гемоглобином (железом)*
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           Коренья белые сушеные (в том числе, петрушка, сельдерей и др.)
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        Концентраты и сиропы напитков витаминизирванных
                                                                                                                                                                                                                                                                                  Говядина бескостная (лопатка, задняя часть, шея)
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  Капуста морская сушеная или варено-мороженая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 Масло растительное (подсолнечное, кукурузное)
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               Капуста белокочанная, краснокочанная свежая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            Дрожжи хлебопекарные
Зелень петрушки, сельдерея, укропа сушеная
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              Мясо птицы (цыплят-бройлеров, кур, индейки)
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            Горошек зеленый быстрозамороженный
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            Икра лососевых рыб без консервантов
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               Крахмал картофельный или кукурузный
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     Картофель свежий продовольственный
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            Горошек зеленый консервированный
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     Макаронные изделия безглютеновые
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              Кукуруза сахарная консервированная
Абрикосы сушеные (курага)
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        Кабачки (патиссоны) свежие
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        Кислота лимонная пищевая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           Морковь столовая свежая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  Капуста цветная свежая
                                                                                                                                         Вафли безглютеновые
                                                                                                                                                                                                                                                      Говядина 1 категории
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         Горох шлифованный
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 Лук свежий зеленый
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     Мед натуральный
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     Икра зернистая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        Крупа кукурузная
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        Какао-порошок
                                                                                                                                                                               Вода питьевая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     Крупа гречневая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              Кукуруза свежая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           Крупа пшенная
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              Крупа рисовая
                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 Мясо кролика
```

Ассортимент основных продуктов, рекомендуемых для использования в питании детей, больных целиакией

(основные виды продовольственного сырья и полуфабрикатов, а также готовых пицевых продуктов промышленного производства)

Лист лавровый сухой

Мука рисовая, кукурузная

Овощи, фрукты и ягоды быстрозамороженные и их смеси

организмами

Овощи, фрукты и ягоды сушеные

Огурцы свежие

Огурцы соленые

Орехи ядро (миндаль, фундук) Перец сладкий свежий

Печенье безглютеновое

Плоды и ягоды быстрозамороженные

Рыба свежая и замороженная Рыба соленая красная

Свинина мясная бескостная (лопатка, окорок)

Сливки стерилизованные (с массовой долей жира 10%)

Сметана (с массовой долей жира 10-15%)

Соки овощные, соки фруктовые (плодовые, ягодные) – прямого отжима (промышленного производства) и восстановленные витаминизированные (без добавления сахара)

Фрукты свежие (яблоки, груши, бананы и др.)

Хлеб безглютеновый рисовый, кукурузный

Шиповник сушеный

Шоколад*

Яйца куриные пищевые диетические

пРИЛОЖЕНИЕ 4

Продукты	Количество (г, мл) для детей в возрасте			
	(брупо)			
	1-3 года	4-6 лет	7-10 лет	11-14 nov
Хлеб безглютеновый*	100	150	200	200
Мука картофельная (рисовая	en en		207	750
Крупы (рис, греча, кукуруза, г	40	+ 5	2	2
Kantohou	P. I	90	70	80
aproderib	190	250	290	380
Овощи, зелень	200	280	340	400
Фрукты свежие	100	200	200	260
Соки фруктовые	160	220	230	230
Фрукты сухие	5	10	15	15
Безглютеновая выпечка и кон	10	10	20	20
Caxap	35	05		2
Мясо 1 категории	100	120	3	00
Тица	25	30	740	1/0
Рыба (филе)***	40	8 2	0 40	45
Молоко, кефир***	475	8 5	OC .	09
Topon poroni	200	OCC	250	550
орог детский	30	20	20	50
Сметана	10	12	10	15
Масло сливочное	20	20	30	25
Масло растительное	2	10	01	25
Яйцо (шт.)***	201 4-2		2	CT

Сахар (песок)

Свекла столовая свежая

Сельдерей свежий

Сельдь соленая слабой соли

Соль пищевая йодированная, в том числе с пониженным содержанием натрия Субпродукты говяжьи обработанные – печень, сердце Сыр сычужный полутвердый с массовой долей жира не более 45% по сухому веществу), соли не более 1,5% Творог натуральный с массовой долей жира 9 и 18%

Телятина

Томаты свежие

Тыква свежая

Укроп свежий

Фасоль продовольственная

Чеснок свежий

Ягоды свежие

Языки говяжьи

Примерный среднесуточный набор продуктов базовой безглютеновой диеты (Баранов А.А., Боровик Т.Э., Рославцева Е.А. и др., 2005) Таблица 1

^{*} допускаются только в индивидуальной упаковке, рассчитанной на 1 порцию

чай Какао-порошок ***	5	10	
акао-порошок ***	60		OL.
акао-порошок ***	-		2
avac-indomok	6'0	6,0	0,4
1,7		r	
имическии состав (рез учета теловой объеботиля	Train Section	7	7
Condon House Condon	figure 1		
релок, г	61,3	VO	, 0,
		24	104
9	65 84.9	05.7	0 707
Thousant r		1,00	10/,9
	197,1	93.4 9	000
Энергетическая почисть им		Cition	7,000
	1619 2211	2507	0000

ть смеси сухие низкобелковые безглютеновые «Нутри- ген» для выпечки хлебобулочных и кондитерских изделий, безглютено-вые зерновые продукты, готовые к употреблению («сухи ** при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переноси-мостью

•••• химический состав набора может несколько меняться в зависимости от сортности используемых продуктов (мяса, сметаны, хлеба и т.д.)

Примерный среднесуточный набор продуктов базовой безглютеново-безмолочной диеты

550 450 300 250 15 70 435 105 105 60 430 80 400 260 250 250 15 65 400 95 11 ur. 330 2 8 11-14 ABT Количество (г, мл) для детей в возрасте (брутто) 300 350 340 200 230 15 350 2 02 9 80 7-10 AeT 1 mr. 200 280 200 220 220 10 50 50 250 45 190 4 60 1/2 mr. 3 3 40 500 150 200 100 160 5 5 35 20 1-3 roga Безглютеновые хлебобулючные, мучные и макаронные изделия
Мука (рисовая, кукурузная, картофельная, соевая)
Крупа (речневая, рисовая, кукурузная)
Соевые смеси для детского питания
Картофел
Овоци, зелень
Фрукты свежие
Соки фруктовые Сахар, сладости Мясо 1 категории, птица Рыба* Яйцо* Масло растительное Фрукты сухие Продукты

* не рекомендуется при симптомах пищевой аллергии

Содержание лактозы в различных молочных продуктах

	Consume anneand
Молоко:	Company of the Manifest Manife
Женское	6.5
Коровье	07-00
Козье	4,6
Овечье	4,5
Кобылье	4,8
Ослицы	6,4
Кисломолочные продукты	6,2
Простокваша	
Кефир*	1,0
Йогурт	1,4-10,0
Ацидофилин	C'é
Кумыс	o'r
Сметана*	0 .
Feopor*	7'6
Chiphi	1,5-2,8
Гвердые	
Брынза	87.07
Macno	63

показатель зависит от жирности продукта.
 показатель зависит от сорта.

Растительные и животные продукты, разрешенные на безглютеновой диете, являющиеся концентраторами витаминов Витамин

B1 горох, фассоль, рис, апельсины, дерения, абрения,			
торох, фасоль, рис, апельсины, смеждины, смеждины, облениха в бромколи, шпинат, облениха в смородина, земляника, апельсины перец сладжий, грецике орехи, капуста, петрушка, бобовые, гречевая крупа, баналы, капуста, петрушка, бобовые, гречиевая крупа, баналы, капуста, петрушка, осмородина, земляника прох, фасоль, гречиевая крупа фундук, капуста, петрушка, укроп орехи, бобовые, цветная капуста, грох, фасоль, гречиевая крупа апельсины, сладжий перец, напуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орехи, бобовые, крупа гречиевая, смородина, земляника, рябина, смородина, земляника, вбина черноглодная морковь, облениха, петрушка, инповник, абриносы, рябина, смородина, черника, земляника, абриносы, земляника, апельсины, капуста, томородина, черника, земляника, абриносы, рябина, смородина, нетрушка, инстовые овещи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		растительные	
2 смородина, обления броиколи, шпинат, горох, фасоль, заленые овощи, ламинария, обления смородина, земляника, апельсины перец сладкий, грецкие ореки, капуста, петрушка, бобовые, гречневая крупа, бананы, картофель гомородина, замляника горох, фасоль, гречневая крупа фундук, капуста, листовые овощи, финики, горох ореки, бобовые, цветная капуста, горох, томидоры, петрушка, укроп ореки, бобовые, крупа гречневая, гомородина, земляника, рябина инповник, смородина, облениха, апельсины, стадкий перец, капуста, горох, томидоры, петрушка, укроп ореки, бобовые, крупа гречневая, смородина, земляника, петрушка, шиповник, абрикосы, рябина, смородина векляника, апельсины, морошка раститьльные масла, зеленые части овощей, обленика, миндаль, грецкие ореки листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы	B1	-	животные
рокколи, шпинат, горох, фасоль земляника, апельсины перец сладжій, грецкие ореки, капуста, перец сладжій, грецкие ореки, капуста, петрушиа, бобовые, теровые овощи, томаты, севила, морковь, бороколи, авокадо, смородина, земляника перец, тетровые овощи, темно-зеленые листовые овощи, финики, горох фасоль темновые порожи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы шиповния, смородина, обленика, апельсины, сладжий перец, капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп ореки, бобовые, крупа гречиевая, смородина, земляника, рябина, черноглодная морковь, обленика, петрушка дели в земляника, авельсины, морошка в земляника, авельсины, морошка в земляника, апельсины, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		Смородина облетих»	субпродукты (печень)
ретильный динина, пробрадина, земляника, апельсины б перец сладкий, грецкие орежи, капуста, петрушиа, бобые, гречиевая крупа, бананы, кародина, земляника перец, свемла, морковь, брожколи, авокадо, смородина, земляника перец, напуста, гречиевая крупа фундук, капуста, пустовые овощи, томать, свемла, морковь, обые, цветная капуста, бурей рис бананы шиповник, смородина, обленика, перец, напуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, цветная капуста, горох, помидоры, петрушка, ишповник, обреми, бобовые, крупа тречиевая, смородина, земляника, вабина, смородина, земляника, вабина, обленика, петрушка, ишповник, абриносы, обленика, петрушка, имповник, абриносы, обленика, петрушка, имповник, абриносы, обленика, авелительные масла, зеленые части овощий, обленика, земленые части овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы	82	By Market Control of the Control of	яичный желток, говядина. баранина
заленые овощи, заминария, облепиха смородина, земляника, апельсины перец сладкий, грецике ореки, капуста, петрушка, бобовые, тречневая крупа, бананы, картофель темно-зеленые листовые овощи, томать, свекла, морковы, брокколи, авокадо, смородина, земляника ореки, бобовые, цветная капуста, порож, фасоль, гречневая крупа фундук, капуста, листовые овощи, финики, горох ореки, бобовые, цветная капуста, порож, помидоры, петрушка, укроп ореки, бобовые, крупа гречневая, смородина, земляника, рябина иерноллодная морковь, облепиха, петрушка, шиповник, абринеск, рябина, смородина, черника, земляника, апельсины, морошка растительные масла, зеленые части овощей, облепиха, миндаль, грецике ореки листовне овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		оролюди, шпинат, горох, фасоль,	Modounia and an analysis of the state of the
Сикородина, земляника, апельсины перец сладжий, грецике ореки, каптуста, петрушка, бобовые, гречневая крупа, бананы, картофель темно-зеленые листовые овощи, томаты, свекия, морковь, брокколи, авокадо, скиородина, земляника порож, фасоль, гречневая крупа фундук, капуста, листовые овощи, финики, порох ореки, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы шиповник, смородина, обленика, порож, помидоры, петрушка, укроп ореки, бобовые, курта тречневая, смородина, земляника, рябина, черноглодная морковь, обленика, перушка, шиповник, абрикосы, рябина, смородина, черника, земляника, рабина, корошка раститьъвые масла, зеленые части овощей, обленика, миндаль, грецкие ореки листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		зеленые овощи, ламинария, облепиха	жолочивіе продукты, говядина, печень,
перец сладкий, грецкие ореки, капуста, петрушка, бобовые. Тречневал крупа, бананы, картофель темно-засленые листовые овощи, томать, сиородина, земляника овощи, денники, финки, горох фасоль, гречневал крупа фундук, капуста, листовые овощу, финки, горох ореки, бобовые, цветнал капуста, бурый, бобовые, цветнал капуста, бурый, бобовые, цветнал капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп ореки, бобовые, крупа тречневал, смородина, земляника, рябина черноглодная морковь, облепика, петрушка, шиповник, абрикосы, облепика, петрушка, шиповник, абрикосы, облепика, петрушка, и морошка земляника, облепика, миндаль, грецкие оркки листовые овощи, капуста, трика, морковь, картофель, бобы		смородина, земляника, апельсины	индеика
капуста, петрушка, бобовые, тречневая крупа, бананы, картофель темно-эеленые листовые овощи, томаты, свема, морковь, брокколи, авокадо, смородина, земляника торох, фасоль, гречневая крупа фундук, капуста, листовые овощи, финники, горох орежи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы и петрещ капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, петрушка, укроп орежи, бобовые, петрушка, укроп орежи, бобовые, петрушка, илповник, абримика, авемляника, петрушка, абрина инстиваные масла, зеленые части овощей, облепика, авеленые части овощей, облепика, зеленые части овощей, облепика, зеленые части овощей, облепика, зеленые части овощей, облепика, зеленые части мистовые овощи, капуста, тыква,	36	перец сладкий, грецкие орехи.	
Гречневая крупа, бананы, картофель темно-зеленые листовые овощи, томаты, свекия, морковь, брокколи, авокадо, смородина, земляника порехи, бобовые, цветная капуста, орожи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы шиповния, смородина, облениха, апольсины, сладикий перец, капуста, горох, помидоры, пертрушка, укроп орехи, бобовые, курта печневая, смородина, земляника, рябина черноглодная морковь, облениха, петрушка диповния, абмлянись, облениха, петрушка диповния, абмлянись, облениха, морошка раститовые овощи, капуста, томородна, обосы обрежи морковь, облениха, миндаль, грецкие орехи листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		Kanycra, nerbylika Końoskia	мясо, сельдь, печень,
темно-зеление листовые овощи, томаты, скиродина, земляника пророж фасоль, гречневая крупа фундук, капуста, листовые овощи, томаторум, капуста, листовые овощи, финкии, горох фасоль, гречневая крупа фундук, капуста, листовые шиповник, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы шиповник, смородина, обленика, апельсины, сладкий перец, капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, крупа гречневая, смородина, земляника, рябина черноглодная морковь, обленика, петрушка, шиповник, абрикосы, обленика, петрушка, и обречей, обленика, петрушка, верника, земляние, абрикосы, обленика, миндаль, грецкие орехи листовые овощи, капуста, тома морковь, картофель, бобы		Гоечневая компа	птица, молочные продукты
смена, морковь, броколи, вомать, свена, мородина, земляника порож, фасоль, гречневая крупа фүндук, капуста, листовые овощи, финики, горох орежи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы шиповник, сладкий перец, капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, крупа гречневая, смородина, земляника, рябина черноплодная морковь, облепиха, петрушка укроп орежи, бобовые, крупа гречневая, смородина, земляника, петрушка и укроп орежи, бобовые, крупа гречневая, смородина, земляника, петрушка и земляника в земляника, петрушка и земляника и земляника и земляника, земленые масла, зеленые части овощей, обленика, магуста, тыква, морковь, картофель, бобы	0	у станата, мартина, мартофель	
Свекия, морковь, брокколи, авокадо, сикродина, земляника Торож, фасоль, гречневая крупа фундук, капуста, листовые овощу, финики, горох орожи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, баныы шиповник, смородина, обленка, апольсины, сладкий перец, капуста, горож, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, курат печневая, смородина, земляника, рябина, смородина, черника, абмляника, петрушка, шиповник, абрикосы, рябина, смородина, черника, земляные масла, зеленые части овощей, обленика, миндаль, грецкие орежи листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		темно-зеленые листовые овощи, томаты,	60000
смородина, земляника горох, фасоль, гречневая крупа фундук, капуста, листовые овощу, финики, горох ореки, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы, шиповник, смородина, облениха, апельсины, сладжий перец, капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп ореки, бобовые, курла тречневая, смородина, земляника, рябина морковь, облениха, петрушка, шиповник, абрикосы, рябина, смородина, черника, земляника, агельсины, морошка растительные масла, зеленые части овощей, облениха, минидаль, грецкие ореки листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		свекла, морковь, брокколи, авокадо,	лица, мисо, сыр, печень
торож, фасоль, гречневая крупа фүндук, капуста, листовые овощи, финики, горох орежи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы шиповник, смародина, облепиха, апельсины, сладкий перец, капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, крупа гречневая, смородина, земляника, рябина черноплодная морковь, облепиха, петрушка, шиповник, абриносы, рябина, смородина, черника, абриленные масла, зеленые части овощей, облепиха, зеленые части овощей, облепиха, миндаль, грецкие орехи листовые овощи, капуста, танкая,		смородина, земляника	
фундук, капуста, листовые овощу, финкии, горох орожи, бобовые, цветная капуста, обрежень из ветная капуста, бурый рис, бананы шиповник, смородина, обленика, апольсины, сладикий перец, напуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, курула тречиевая, смородина, земляника, ветная инповник, абриносы, обленика, петрушка, шиповник, абриносы, обленика, петрушка, инповника, земляные масла, зеленые части овощей, обленика, миндаль, грецкие орехи листовые овощи, капуста, танка,	12	Горох, фасоль, гренневая маша	
фундук, капуста, листовые овощи, финики, горох орежи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы , облениха, шиповник, смородина, облениха, порох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, курула тречневая, смородина, земляника, рябина морковь, облениха, петрушка, шиповник, абрикосы, рябина, смородина, черника, абрикосы, рябина, смородина, черника, абрикосы, рябина, смородина, петрушка, пистовые овощи, капуста, токие орежи листовые овощи, капуста, токие, морковь, картофель, бобы			яйца куриные и перепелиные, печень.
орежи, бобовые, цветная капуста, мистовые орежи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы шиповник, финики, годумий перец, капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, крупа пречневая, смородина, земляника, рябина черноплодная морковь, облепиха, петрушка, имповник, абримссы, рябина, смородина, черника, абримссы, рябина, смородина, черника, абримссы, рябина, смородина, авмляника, апельсины, морошка растительные масла, зеленые части овощей, облепиха, минидаль, грецкие орежи имстовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы	10		птица, говядина, сыр творог
овешци, финяки, горох орежи, бобовые, цветная капуста, бурыей рис, бананы шиповини, смородина, облепиха, апельсины, сладкий перец, капуста, горох, помидоры, петрушка укроп орежи, бобовые, курула тречневая, смородина, земляника, рябина морковь, облепиха, петрушка, шиповиик, абрикосы, облепиха, петрушка, абрикосы, рябина, смородина, черника, абрикосы, рябина, смородина, авмляные масла, зеленые части овощей, облепиха, миндаль, грецкие орехи листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		TYNAYK, KAHYCIA, ANCTOBЫE	
орежи, бобовые, цветная капуста, бурый рис, бананы шиповник, сладкий повец капуста, апсъсины, сладкий перец капуста, горох, помидоры, петрушая, укроп орежи, бобовые, крупа тречневая, смородина, земляника, рябина черноплодная морковь, облепика, петрушка, щиповник, абрикосы, рябина, смородина, черника, абрикосы, рябина, смородина, черника, абрикосы, рябина, смородина, черника, абрикосы, рябина, смородина, морошка раститьльные масла, зеленые части овощей, облепика, миндаль, грецкие орежи листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		овощи, финики, горох	мица, икра, сельдь, печень
бурый рис, бананы шиповник, смородина, обленика, апельсины, сладкий перец, напуста, горож, помидоры, петрушка, укроп орехи, бобовые, крупа тречневая, смородина, земляника, рябина черноплодная морковь, обленика, петрушка, шиповник, абриносы, рябина, смородина, черника, земляника, апельсины, морошка раститьльные масла, зеленые части овощей, обленика, миндаль, грецкие орехи листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		орехи, бобовые, цветная капуста	
шиповини, смородина, облениза, апельсины, смородина, облениза, апельсины, сладжий перец, капуста, горох, помидоры, петрушка, укроп орежи, бобовые, курула тречневая, смородина, земляника, рябина морковь, облениза, петрушка, шиповини, абрикосы, рябина, смородина, черника, абрикосы, рябина, смородина, черника, абрикосы, рябина, смородина, авелияния, апельсины, морошка растительные масла, зеленые части овощей, облениза, миндаль, грецкие орежи листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		Gyobik our Ganauli	печень, молоко, мясо, курица,
имповини, смородина, обления, апельсины, сладжина, обления, торох, помидоры, петрушач, укроп орежи, бобовые, крупа пречневая, смородина, земляника, рябина черноплодная морковь, обленика, петрушка, черника, абриносы, рябина, смородина, черника, абриносы, рябина, смородина, черника абринительные масла, зеленые части овощей, обленика, миндаль, грецике орехи листовые овощи, капутат, тыква, морковь, картофель, бобы			Сливочное масло досось
апольсины, сладкий перец, напуста, горох, помидоры, петрушка, укроп ореки, бобовые, куртул тречневал, смородина, земляника, вябина черноплодная морковь, облепиха, петрушка, шиповник, абриносы, рябина, смородина, черника, земляника, апельсины, морошка растительные масла, зеленые части овощей, облепиха, миндаль, грецкие орехи листовые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		шиповник, смородина, облепиха,	
Горох, помидоры, петрушка, укроп орехи, бобовые, крупа гречневая, сиородина, земляника, рябина черника, абрикосы, облепиха, петрушка, шиповник, абрикосы, рябина, смородина, черника, земляника, апельсины, морошка растительные масла, земеные части овощей, облепиха, мимдаль, грецкие орехи лиговые овощи, капуста, тыква, морковь, картофель, бобы		апельсины, сладкий перец, капуста,	11
ореки, бобовые, крупа гречневая, смородина, земляника, рябина чериотлодная морковы, обытах, петрушка, шиповник, абрикосы, рябина, смородина, черника, земляника, апельсины, морошка растительные масла, зеленые части овощей, облепиха, миндаль, грецкие орехи листовые овощи, капуста, тыква, морковы, картофель, бобы		горох, помидоры, петрушка, укроп	
		орехи, бобовые, крупа гречневая,	
		смородина, земляника, рябина	
		черноплодная	
		морковь, облепиха, петрушка, шиповник	
		абрикосы, рябина, смородина, черника	печень, молочные продукты
		земляника, апельсины, мополика	
		Darruteonum	сельдь, кета, желток, сливочное масло модоко
		Factorization macha, senerale vactu	Deuphy Division City of the Handle
		овощей, облепиха, миндаль, грецкие орехи	телем, рагов, ямца, молоко, сливочное масло
		листовые овощи, капуста, тыква,	2
		Морковь, картофель, бобы	яичный желток, печень

Пищевые источники минеральных веществ, актуальных при целиакии

Минерал	
	пищевые продукты-концентраторы минералов
Железо	Dates
2)	печень, мясо, яицо, бобы, морская капуста.
Мод	Морская рыба айна фасок
Кальций	MODING IL PRINCIPLE AND
	тология продукты, сыры, бобы, орехи, фасоль
	финики, петрушка. шпинат пълба
Магний	point instance of the point of
	Орехи, рис, горох, чечевица, фасоль зелень
Марганец	Греча, печень, листовые обення обення
Men	State of the state
o Hair	Огурцы, печень, орехи, какао-пороших польта ста
Селен	чесном выс выт.
+	тесном, рик, яица, мясо, рыра
фосфор	Рыба, сыр. яминый желтом, фаголь
Фтор	U.S
	там, морская рыба, фторированная вода
Цинк	Мясо, рыба сублюдичили оби
	Company Anda, 4c4c6MLd, 3cAcHbir Dobollier, various constitution

Продукты – источники витаминов-антиоксидантов и биофлавоноидов

томаты, морковь, абрикосы, зеленый лук печень, молочные продукты, морковь, облепиха, смородина красный грейпфрут, томаты, морковь брокколи цупрусовые фрукты (особенно цитрусовые), ягоды (клюква, облепиха, смородина, рябина), чай (особенно зеленый), лук лютеин, зеаксантин В-криптоксантин биофлавоноиды β-каротин витамин А ликопен

Содержание пищевых волокон (ГІВ) в продуктах питания, разрешенных для больных целиакией [г/100 г продукта]

Продукт			
	III		
Зерновые			ПВ
пшено	Сухофру	Сухофрукты, орехи	
неочищенный рис Гречка	5 миндаль 5 изюм	q	14
Бобовые	ţ		
горох чечевица фасоль зеленый горошек Морковь Свеила Теква сэлэт	23 12 Свежие ф 10 малина 6,1 яблоки 3,4 клубника 3,4 клубника 1,7	Свежие фрукты, ягоды малина яблоки грушк клубника	20 m m 20

Рекомендуемые наборы продуктов по приемам пищи для организации питания детей с целиакией (безглютеновая диета) (нетто, в г, мл, на 1 ребенка в сутки) Наименование

				_		und come		реоб		Полдник											
пищевого продукта	-	ŀ	ŀ	_									УЖИН			Второй ужин	жин		Итого за сутки	VTKM	l
пищевых продуктов	3-6	7-11	12-18	3-6	7-11	12 - 18	3-6	7-11	12 - 18	3-6	7-11	12 - 18	3-6	7-11	12 - 18	3-6	7.11	_			
хлеб безглютеновый*		50 70	8	c	6		5								}))	17-7	27 - 77	9-F	7-11	12 - 18
хлеб пшеничный					,		20	09	70	0	0	0	20	70	96	c			61.7		
мука картофельная (рисовая)	1	1	1	0			,	1									,	-	150	200	250
крупы, (рис, гречка, пшено)	15	17	18	0	, ,	0	7 4	-	1	1	2	2	1	1	-	0		,			
макаронные изделия				,			15	16	19	0	0	0	15	17	101		0	0	4	2	2
картофель	20	25	25	c	•									1	70	0	0	0	45	20	55
овощи, зелень	NA NA	3	3 5		0	0	80	100	100	10	12	5	00	1							
фрукты свежие	9 6	00	63	0	0	0	116	136	138	C	100	77	9	53	53	0	0	0	150	190	190
Civothours	30	30	42,5	100	100	120	c	-		0 5	QT :	13	108	128	130	0	0	0	280	340	2 2
yothykibi	2	7,5	7,5	0	0	6	, ,	, ,	5	40	40	55	30	30	42,5	0	c		000	040	320
СОКИ фруктовые	0	0	0	110	170	,		5'/	7,5	0	0	0	0	0	0				700	200	260
мясо 1-й категории	20	30	35		CTT	CTT		0	0	110	115	115	0	c	,		,	5	10	15	15
цыплята 1 кат. потрошеные	c	6	3		9	0	20	22	57,5	0	0	c	25	, 1	2		0	0	220	230	230
рыба-филе (филе) ***	0	,		0	0	0	15	20	22,5	0	0	-	3 2	200	5/10	0	0	0	120	140	150
Субпродукты (печень, язык. сердце)	1	•		0	0	0	23	23	25	c	-	, ,	1 5	2 2	5,22	0	0	0	30	40	45
МОЛОКО (М. Д. Ж. 2.5% 3.2%) ***	9	1										,	17	/7	35	0	0	0	20	20	09
кефир. (м. д. ж. 2,5%) ***	00	100	120	0	0	0	15	20	30	110	130	140	15	20	30	230	000	000			
творог (м.д.ж. 5% -9%) безглютеновый	20	20	20	0	c	c			1						1	257	730	730	450	200	220
Сыр безглютеновый	2	2	2	0	0		0 0	0	0	10	10	10	20	20	20	0	-				
сметана (м. д. ж не более15%)	2	m	4	c			7	5,5	2,5	0	0	0	1	2.5	7.5			,	20	20	20
масло сливочное	9	10	12			0	2	4	2	2	3	3	1	,	5. 6			0	2	10	10
масло растительное	-	-	-			0	4	2	9	4	5	r.	9	1 0	, ;		>	0	10	12	15
яйцо диетическое столовое***	20	30	300	0	0	0	2	2	7	1	-	2	, "	2 6	77	0	0	0	50	30	35
caxap	15	101	70		0	0	4	4	4	8	80	«	1 0	0 0	0 0	0	0	0	10	10	15
кондитерские изд. безглютеновые**	CT C	70	18	0	0	0	5	7	7	15	18	9 0	0 1	χ	8	0	0	0	40	40	40
чай	0	0 0	٥	0	0	0	0	0	0	P	20	010	0	+	7	0	0	0	40	50	50
какао - порошок	0,0	6,0	0,3	0	0	0	0	0	0		0 0	0 0	+	+	9	0	0	0	10	20	20
кофейный изпиток								-	+	,			0,3	0,3	0,3	0	0	0	9.0	9.0	90
NO INCIDENTAL PROPERTY OF THE							-		+	1	1	1							+	2/2	2,5
Apononi Aleooliekaphbie								+	1	1		1								,	7
соль пищевая поваренная йодированная	1	1	1	0	0	-	,	1,	1	1								+	1	+	
Крахмал						,	4	-	-	1	1	1	1	1	1	0			+	1	
Специи							1	-											4	4	4
белки						1	1						-	-		+	+	+	1		
жиры					1	1						-	-		1	1	1	1			Í
углеводы		+										+	+		1	-				94	104
Каллорийность		1									1	+	1	1	-				6	95.7	107.9
витамины С.м.		+								1	1	+	1	-					33	+	389.2
										1	1	+							2	+	1000
B1 MF							1	1		1	-	-					-	1	1	+	660
B2 Mr						+	1	1								+	1	1		+	11
А мкг рэ					1	+									1	+	+	+		+	1,54
минеральные вещ-ва мг, Са кальций					+	1	1						-	-		+	1	1		-	1,76
фосфор, мг				1	1							+	+	+		1	1	1	7		066
		1										1				_			*	1100	1330
						-	-										1		7	_	22

	330	19,8	1320	110
	250	12	1100	100
	1			
-	+		1	+
ŀ	+	+	+	+
-	+	+	+	+
-		-	+	-
				+
_	+		-	+
-		-		-
-		-	-	L
			L	
_				
П	1	1	1	1
H	1		1	
			1	1
агний мг	DIAM ALL	and the	IM HO	, Mul
W	2	5 3	2 2	3

Примечание:

^{**} для приготовления безглютенового хлеба рекомендуется использовать смеси сухие низкобелковые безглютеновые для выпечки хлеба.

Наимопородина																					
BRIDGE		1	Завтрак		Bronok	Втопой завтизи		2,90													
пищевого продукта			7		Ì	und care		Расо		Полдник	¥		Ужин			Второй ужин	жин		Итого за сутки	СУТКИ	
продукта группы	3-6 7.11 13.10	7.11	12 10	L			1														
пищевых продуктов)	11.	01-71	o-5	7-11	7-11 12 - 18	3-6	7-11	12 - 18	3-6	7-11	7-11 12 - 18	3-6	7-11	7-11 12 - 18	3.6	7 44	1, 1,0	,		
1															2	2	11-/	21 - 71 11-7	3-6	7-11 12 - 18	12 - 18
Алео низкорелковый	45	80	110	c	0	,	r.														
Мука низкобелковая	0	,			,		20	80	110	0	0	0	35	70	100	,	,	1		1	
	0	n	4	0	0	0	2	8	,	L				2	700	0	0	0	130	230	320
молоко и молочные продукты	20	30	30	c	0			,		0	٥	9	7	m	9	c	c	c	13	1.	0
низкоболионно			3)	>	0	10	15	15	80	40	70	S	47	1		,	0	77	1.5	70
algood to constitution of the constitution of											?	?	or.	T	15	200	200	200	390	300	300
Крупы низкобелковые	14	15	17	0	-		1)
Макаронице из до		1			0	0	15	12	16	0	c	c	10	L		1	1				
интероприя изделия	10	70	30	0	0	C	10	30	000		,	5	14	13	1/	0	0	0	43	45	20
							24	707	30	0	0	0	10	20	30	c		,	1	1	
														2	200	0	>	0	30	09	06

^{***} при пищевой аллергии используются в соответствии с индивидуальной переносимостью.

90

09

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)

УТВЕРЖДАЮ Руководитель Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека, Главный государственный санитарный врач Российской Федерации А.Ю.Попова 30 декабря 2019 г.

Министерство просвещения Российской Федерации ДЕПАРТАМЕНТ ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПОЛИТИКИ В СФЕРЕ ВОСПИТАНИЯ, ПИСЬМО от 24 марта 2020 года N 06-374 ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ И ДЕТСКОГО ОТДЫХА

О методических рекомендациях

Министерство просвещения Российской Федерации во исполнение плана мероприятий по повышению доступности детского оздоровительного отдыха для детей с сахарным диабетом с учетом необходимости организации медицинского сопровождения детей с сахарным диабетом в организациях отдыха и их оздоровления направляет разработанные

Роспотребнадзором методические рекомендации "Особенности организации питания детей, страдающих сахарным диабетом и иными заболеваниями, сопровождающимися Методические рекомендации направлены для информирования руководителей организаций отдыка детей и их оздоровления и иных заинтересованных лиц. ограничениями в гитании (в образовательных и оздоровительных организациях)".

Письмо не требует ответа. Директор департамента И.А.Михеев

Huberew O.A. OHLy

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