

СОГЛАСОВАНО:

УТВЕРЖДАЮ:  
Директор МАУ «Школьное питание»

\_\_\_\_\_ (Ф.И.О.)

А.Ю. Панькова

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

«\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



## Примерное

# 12-дневное меню для детей с подтвержденным диагнозом «Сахарный диабет»

**Возрастная группа: с 7 до 11 лет**

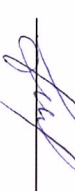
**Сезон: зимний**

Разработано:

Главный технолог

МАУ «Школьное питание»

С.Ю. Хохлова



Разработано по заказу министерства образования и науки Кузбасса  
Декабрь 2020г.



























Выполнение натуральных норм для детей с подтвержденным диагнозом "Сахарный диабет" с 7 до 11 лет.

Сезон: зима

12-дневное меню

Наименование продуктов	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	за 12 дн итого	ср за день	Сум норма, нетто	% вып.
Хлеб ржаной	75,0	75,0	75,0	65,0	75,0	75,0	75,0	75,0	75,0	65,0	75,0	75,0	880,0	73,33	150	48,9
Хлеб пшеничный	49,0	34,6	40,0	52,7	40,0	40,0	40,0	40,0	49,0	45,0	46,5	43,7	520,5	43,38	80	54,2
Мука пшеничная	7,8	3,3		4,5		4,0		3,3	4,5	3,0	5,7	3,0	39,1	3,26	15	21,7
Крупы, бобовые	92,0	19,0	36,0	27,0	99,0	16,6	32,0	27,0	98,0	61,0	20,6	60,0	588,2	49,02	45	108,9
Макаронные изделия													0,0	0,00	15	0,0
Картофель	64,0	146,0	50,0		12,8	202,0	24,0	64,0	40,0	64,0	171,0	174,0	1011,8	84,32	187	45,1
Овощи	94,1	207,0	384,2	287,0	167,5	169,6	150,5	309,3	195,0	86,4	389,1	220,5	2660,2	221,68	320	69,3
Фрукты свежие		150,0	5,0	150,0	30,0	200,0	30,0	110,0		210,0	35,0	200,0	1120,0	93,33	100	93,3
Орехи, сухофрукты (Чернослив, курага, яблоко, груша)	20,0	17,0	40,0	17,0		40,0	20,0	17,0	20,0	37,0		40,0	268,0	22,33	60	37,2
Соки плодовоовощные, напитки витаминизированные (без сахара)		200,0	200,0	200,0			200,0	200,0			200,0		1200,0	100,00	200	50,0
Мясо жилованное	164,8	24,8	144,8	40,0	152,7	168,8	24,8	124,8	31,6	127,8	47,8	24,8	1077,5	89,79	75	119,7
Птица (цыплята-бройлеры потрашенные 1 категории)	50,0	135,0	108,0	69,5			228,0		185,2		121,3		897,0	74,75	40	186,9
Рыба (филе)		70,0				105,0		30,0	30,0			95,0	300,0	25,00	58	43,1
Молоко	209,0	268,0		219,0	370,0	50,0	45,0	395,0	200,0	210,0		220,0	2186,0	182,17	300	60,7
Кисломолочные продукты													0,0	0,00	150	0,0
Творог				127,0						180,0		127,0	434,0	36,17	50	72,3
Сыр	15,0			20,0		26,0	15,0	15,0	11,0	20,0		17,0	139,0	11,58	6	193,1
Сметана			10,0	6,0	10,0	9,0	10,0		6,3	38,0		16,0	105,3	8,78	10	87,8
Масло растительное	12,0	24,1	21,0	10,7	14,2	17,8	5,6	12,3	26,0	10,0	21,1	16,1	190,9	15,91	15	106,1
Жиры, шп		2,5		0,4	1,0	0,1	2,4			1,2		0,4	8,0	0,67	40	67,0
ЗамениТЕЛЬ сахара (сорбит, ксилит, стевия)													0,0	0,00	40	0,0
Чай	1,0		1,0		1,0	1,0	1,0		1,0		1,0	1,0	8,0	0,67	0,4	166,7
Дрожжи хлебопекарные													0,0	0,00	1	0,0
Соль пищевая поваренная йодированная	3,0	2,6	3,8	2,7	3,8	3,2	3,8	2,1	2,1	2,3	2,8	4,0	36,2	3,02	4	75,4