

## Сахарный диабет, пищевая аллергия 7-11 лет

Утверждаю  
 Мельникова Е.В.  
 Мельничкова Е.В.  
 Директор ООО "Мелкий ЛЮП"

Директор МБОУ "Многопрофильный лицей" Беленева Н.Ю.



Выход Ккал Белки Жиры Углеводы

прием пищи	№ рещ.	Блюдо	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Сахарный диабет	219/08	Каша гречневая рассыпчатая	150	263,81	8,73	5,43	45
	ТТК 101/22	Котлета "Умка"	90	168,6	4,79	10,25	10,2
	300/08	Чай 6/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
Пищевая аллергия	246/08	Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Огурцы свежие	60	8,4	0,48	0,06	1,98
		Огурцы свежие	530	557,85	16,07	16,1	81,61
Сахарный диабет	219/08	Каша гречневая рассыпчатая	150	263,81	8,73	5,43	45
	ТТК 101/22	Котлета "Умка"	90	168,6	4,79	10,25	10,2
	300/08	Чай 6/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
Сахарный диабет	246/08	Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Огурцы свежие	60	8,4	0,48	0,06	1,98
		Огурцы свежие	530	557,85	16,07	16,1	81,61
Сахарный диабет	227/08	Макаронны отварные	180	211,1	5,52	5,3	23,55
	189/08	Биточек из говядины	90	198,84	3,18	9,06	17,38
	ТТК 36	Напиток Каркаде	200	74	6	1,4	14,8
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Напиток Каркаде	200	74	6	1,4	14,8
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Сахарный диабет	227/08	Макаронны отварные	180	211,1	5,52	5,3	23,55
	189/08	Биточек из говядины	90	198,84	3,18	9,06	17,38
	ТТК 36	Напиток Каркаде	200	74	6	1,4	14,8
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Напиток Каркаде	200	74	6	1,4	14,8
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Сахарный диабет	ТТК185	Перловка отварная	180	186,39	4,1	5,97	40,08
	187/08	Кнели из говядины	90	263,48	12,21	12,32	16,75
	300/08	Чай 6/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Чай 6/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Сахарный диабет	ТТК185	Перловка отварная	180	186,39	4,1	5,97	40,08
	187/08	Кнели из говядины	90	263,48	12,21	12,32	16,75
	300/08	Чай 6/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Чай 6/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03



Сахарный диабет	225/08	Рис припущенный	500	566,91	18,38	18,65	81,26
	ТТК103-22	Котлета "Волжская"	180	215,06	3,72	5,45	37,77
	ТТК 36	Напиток Каркаде	90	177,7	5,25	9,48	18,3
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	200	74	6	1,4	14,8
	225/08	Рис припущенный	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	ТТК103-22	Котлета "Волжская"	500	535,16	16,92	16,69	82,9
Сахарный диабет	ТТК 36	Напиток Каркаде	180	215,06	3,72	5,45	37,77
		Хлеб Дарницкий	90	177,7	5,25	9,48	18,3
		Хлеб Дарницкий	200	74	6	1,4	14,8
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	130/08	Гороховое пюре	500	535,16	16,92	16,69	82,9
	189/08	Шницель из говядины	180	240,13	9,08	3,75	37,20
Пищевая аллергия	300/08	Чай б/сахара	90	198,84	5,17	15,06	7,38
		Хлеб Дарницкий	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Пищевая аллергия	130/08	Гороховое пюре	500	556,01	16,32	19,17	69,01
	189/08	Шницель из говядины	180	240,13	9,08	3,75	37,20
	300/08	Чай б/сахара	90	198,84	5,17	15,06	7,38
Неделя вторая		Хлеб Дарницкий	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Хлеб Дарницкий	500	556,01	16,32	19,17	69,01

### Неделя вторая

Принем пищи	№ реч.	Блюдо	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Сахарный диабет	227/08	Вермишель отварная	180	211,1	5,52	5,3	35,33
	ТТК103-22	Котлета "Волжская"	90	177,7	11,25	12,48	22,3
	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	227/08	Вермишель отварная	500	505,84	18,84	18,14	82,06
	ТТК103-22	Котлета "Волжская"	180	211,1	5,52	5,3	35,33
Сахарный диабет	300/08	Чай б/сахара	90	177,7	11,25	12,48	22,3
		Хлеб Дарницкий	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Пищевая аллергия	114/08	Каша рисовая	500	505,84	18,84	18,14	82,06
	300/08	Чай б/сахара	210	210,13	5,12	6,62	32,61
		Хлеб Дарницкий	200	48,64	0,12	0	12,4
Сахарный диабет	189/08	Котлета из говядины	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Котлета из говядины	90	198,84	10,74	9,04	10,38
		Котлета из говядины	530	526,01	17,93	16,02	67,42

Ищевая аллергия	114/08	Каша рисовая	210	210,13	5,12	6,62	32,61
	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
	189/08	Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Ищевый диабет		Котлета из говядины	90	198,84	10,74	9,04	10,38
			530	526,01	17,93	16,02	67,42
	ТК 134	Картофельно-гороховое пюре	180	192,3	3,01	4,15	20,12
Ищевая аллергия	209/08	Шницель куриный	90	227,25	13,74	15,06	23,3
	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Ищевая аллергия			500	536,59	18,82	19,57	67,85
	ТК 134	Картофельно-гороховое пюре	180	192,3	3,01	4,15	20,12
	209/08	Шницель куриный	90	227,25	13,74	15,06	23,3
Ищевый диабет	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			500	536,59	18,82	19,57	67,85
Ищевая аллергия	219/08	Каша гречневая рассыпчатая	180	263,81	8,73	5,43	45
	ТК-100-22	Биточек "Колобок"	90	201,6	5,2	12,3	12,17
	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
Ищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			500	582,45	16	18,09	81,6
	219/08	Каша гречневая рассыпчатая	180	263,81	8,73	5,43	45
Ищевый диабет	ТК-100-22	Биточек "Колобок"	90	201,6	5,2	12,3	12,17
	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Ищевый диабет			500	582,45	16	18,09	81,6
	225/08	Рис припущенный	180	215,06	3,72	5,45	37,77
	178/08	Голубцы ленивые	90	195,59	12,3	11,9	5,65
Ищевая аллергия	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			500	527,69	18,09	17,71	67,85
Ищевая аллергия	225/08	Рис припущенный	180	215,06	3,72	5,45	37,77
	178/08	Голубцы ленивые	90	195,59	12,3	11,9	5,65
	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
Ищевый диабет		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			500	527,69	18,09	17,71	67,85
	225/08	Рис припущенный	180	215,06	3,72	5,45	37,77
Ищевая аллергия	178/08	Голубцы ленивые	90	195,59	12,3	11,9	5,65
	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Ищевый диабет			500	527,69	18,09	17,71	67,85
	225/08	Рис припущенный	180	215,06	3,72	5,45	37,77
	178/08	Голубцы ленивые	90	195,59	12,3	11,9	5,65
Ищевая аллергия	300/08	Чай б/сахара	200	48,64	0,12	0	12,4
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			500	527,69	18,09	17,71	67,85

