

Сахарный диабет, пищевая аллергия 7-11 лет

Утверждаю
 Директор ООО "Мелкий дятел" Мельникова Е.В.
 Директор МБОУ "Многопрофильный лицей" Беломестова Н.Ю.



Диета	№ реч.	Блюдо	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Сахарный диабет	219/08	Каша гречневая рассыпчатая	180	263,81	8,73	5,43	45,45
	200/08	Тефтели из говядины	90	196,04	8,52	13,14	9,86
	300/08	Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	219/08	Каша гречневая рассыпчатая	500	529,45	19,2	18,93	67,19
	200/08	Тефтели из говядины	180	263,81	8,73	5,43	45
Сахарный диабет	300/08	Чай б/сахара	90	196,04	8,52	13,14	9,86
		Хлеб Дарницкий	200	1,2	0	0	0,3
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Пищевая аллергия	227/08	Макаронны отварные	150	211,1	5,52	5,3	23,55
	ТК 101/22	Котлета "Умка"	90	268,6	10,25	12,3	32,02
	300/08	Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	246/08	Огурцы свежие	60	8,4	0,48	0,06	1,98
		Огурцы свежие	530	557,7	18,2	18,02	69,88
Сахарный диабет	ТК 122/23	Перловка отварная	180	185,6	2,8	0,41	24,68
	189/08	Биточек из говядины	90	263,15	13,74	15,06	32,36
	300/08	Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
Пищевая аллергия		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
	ТК 122/23	Перловка отварная	500	518,35	18,49	15,83	69,37
	189/08	Биточек из говядины	180	185,6	2,8	0,41	24,68
Пищевая аллергия	300/08	Чай б/сахара	90	263,15	13,74	15,06	32,36
		Хлеб Дарницкий	200	1,2	0	0	0,3
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03

Сахарный диабет	239/08	Картофель отварной	500	518,35	18,49	15,83	69,37
	189/08	Котлета из говядины	180	182,46	3,14	4,02	27,21
	300/08	Чай б/сахара	90	263,15	13,74	15,06	32,36
		Хлеб Дарницкий	200	1,2	0	0	0,3
			30	68,4	1,95	0,36	12,03
Пищевая аллергия	239/08	Картофель отварной	500	515,21	18,83	19,44	71,9
	189/08	Котлета из говядины	180	182,46	3,14	4,02	27,21
	300/08	Чай б/сахара	90	263,15	13,74	15,06	32,36
		Хлеб Дарницкий	200	1,2	0	0	0,3
			30	68,4	1,95	0,36	12,03
Сахарный диабет	225/08	Рис припущенный	500	515,21	18,83	19,44	71,9
	217/08	Фрикадельки из курицы	150	215,06	3,72	5,45	37,77
	300/08	Чай б/сахара	90	235,6	12,85	10,2	8,32
		Хлеб Дарницкий	200	1,2	0	0	0,3
		Яблоко	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			120	55,20	0,48	0,48	11,76
Пищевая аллергия	225/08	Рис припущенный	590	575,46	19,00	16,49	70,18
	217/08	Фрикадельки из курицы	150	215,06	3,72	5,45	37,77
	300/08	Чай б/сахара	90	235,6	12,85	10,2	8,32
		Хлеб Дарницкий	200	1,2	0	0	0,3
		Яблоко	30	68,4	1,95	0,36	12,03
			120	55,20	0,48	0,48	11,76
			590	575,46	19,00	16,49	70,18

Неделя вторая

Прием пищи	№ реч.	Блюдо	Выход	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
Сахарный диабет	109/08	Каша овсяная с маслом	210	357,52	13,36	14,58	45,39
	300/08	Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Яблоко	120	55,20	0,48	0,48	11,76
			560	482,32	15,79	15,42	69,48
Пищевая аллергия	109/08	Каша овсяная с маслом	210	357,52	13,36	14,58	45,39
	300/08	Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
		Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
		Яблоко	120	55,20	0,48	0,48	11,76
			560	482,32	15,79	15,42	69,48
Сахарный диабет	227/08	Вермишель отварная	180	211,1	5,52	5,3	35,33
	ТК 101/22	Котлета "Умка"	90	268,6	10,25	12,3	32,02
	300/08	Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3

			Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
				500	549,3	17,72	17,96	79,68
Щемяевская	227/08		Вермишель отварная	180	211,1	5,52	5,3	35,33
Щемяевская	т.к. 101/22		Котлета "Умка"	90	268,6	10,25	12,3	32,02
Щемяевская	300/08		Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
			Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Щемяевская				500	549,3	17,72	17,96	79,68
Щемяевская	т.к. 122/23		Перловка отварная	180	185,6	2,8	0,41	24,68
Щемяевская	189/08		Котлета из говядины	90	263,15	13,74	15,06	32,36
Щемяевская	300/08		Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
			Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Щемяевская				500	518,35	18,49	15,83	69,37
Щемяевская	т.к. 122/23		Перловка отварная	180	185,6	2,8	0,41	24,68
Щемяевская	189/08		Котлета из говядины	90	263,15	13,74	15,06	32,36
Щемяевская	300/08		Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
			Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Щемяевская				500	518,35	18,49	15,83	69,37
Щемяевская	219/08		Каша гречневая рассыпчатая	180	263,81	8,73	5,43	45
Щемяевская	189/08		Шницель из говядины	90	223,18	8,02	10,54	25,36
Щемяевская	300/08		Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
			Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Щемяевская				500	556,59	18,7	16,33	82,69
Щемяевская	219/08		Каша гречневая рассыпчатая	180	263,81	8,73	5,43	45
Щемяевская	189/08		Шницель из говядины	90	223,18	8,02	10,54	25,36
Щемяевская	300/08		Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
			Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Щемяевская				500	556,59	18,7	16,33	82,69
Щемяевская	239/08		Картофель отварной	180	182,46	3,14	4,02	27,21
Щемяевская	200/08		Тефтели из говядины	90	196,04	8,52	13,14	9,86
Щемяевская	300/08		Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
			Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Щемяевская				500	471,02	15,43	17,52	67,36
Щемяевская	239/08		Картофель отварной	180	182,46	3,14	4,02	27,21
Щемяевская	200/08		Тефтели из говядины	90	196,04	8,52	13,14	9,86
Щемяевская	300/08		Чай б/сахара	200	1,2	0	0	0,3
			Хлеб Дарницкий	30	68,4	1,95	0,36	12,03
Щемяевская				500	471,02	15,43	17,52	67,36

