



СОГЛАСОВАНО
 Руководитель Федерального центра безопасности и технологического качества продукции по РМ
 Христинкина Т.П.
 2020г.



СОГЛАСОВАНО
 Генеральный директор ООО "МКК"
 Фадеева Е.А.
 2020г.

Примерные по возрасту меню и основные показатели пищевой и энергетической ценности для горячего питания учащихся общеобразовательных учреждений Республики Мордовия, страдающих сахарным диабетом и пнями заболеваниями, сопровождающимися ограничениями в питании (обед)

Возрастная группа с 7 до 11 лет

Питание: Питание - 1 Малозлепное

№ р/н.	Наименование дробей, блюда	Масса порция	Пищевая ценность [г]			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
71	Пюре из картофеля	60	0,326	0,132	3,508	15,840
86	Шоколадный напиток	200	1,266	4,316	8,820	84,800
294	Блюдо из овощей с курицей	200	24,099	31,031	66,829	619,317
349	Компот из фруктов без сахара	200	0,280	0,060	10,180	43,000
376	Хлеб ржаной пшеничный	50	3,200	0,650	21,600	105,500
Итого за обед						
			11,871	26,879	82,917	609,857

Дневная норма: Питание - 1 Малозлепное

№ р/н.	Наименование дробей, блюда	Масса порция	Пищевая ценность [г]			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
67	Воздушный омлет	60	1,099	4,124	5,547	64,140
95	Рисовый молочный	200	1,906	3,272	11,295	90,870
294	Компот из фруктов из мяса птицы	80	14,254	19,212	11,358	218,317
139	Каша гречневая	150	4,437	3,258	14,315	106,670
376	Хлеб белый пшеничный	200	0,200	0,051	0,669	1,355
376	Хлеб ржаной пшеничный	50	3,200	0,650	21,600	105,500
Итого за обед						
			21,636	31,667	66,881	627,552

Возрастная группа с 11 до 17 лет

Питание: Питание - 1 Струнное

№ р/н.	Наименование дробей, блюда	Масса порция	Пищевая ценность [г]			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
71	Пюре из картофеля	100	1,210	0,420	4,181	26,460
86	Шоколадный напиток	250	2,170	5,272	12,460	107,010
291	Блюдо из овощей с курицей	250	19,276	26,518	48,940	551,186
349	Компот из фруктов без сахара	200	0,360	0,060	13,140	45,460
376	Хлеб ржаной пшеничный	50	3,200	0,650	21,600	105,500
Итого за обед						
			26,895	37,712	97,429	817,516

Дневная норма: Питание - 1 Струнное

№ р/н.	Наименование дробей, блюда	Масса порция	Пищевая ценность [г]			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
67	Воздушный омлет	100	1,886	7,208	9,293	110,170
95	Рисовый молочный	250	3,400	4,345	15,963	117,650
294	Компот из фруктов из мяса птицы	100	17,744	24,474	14,012	345,916
139	Каша гречневая	180	5,300	4,305	16,659	129,990
376	Хлеб белый пшеничный	200	0,200	0,051	0,669	1,355
376	Хлеб ржаной пшеничный	50	3,200	0,650	21,600	105,500
Итого за обед						
			41,274	41,635	28,646	468,471

Возрастная группа с 7 до 11 лет

Питание: Питание - 1 Малозлепное

№ р/н.	Наименование дробей, блюда	Масса порция	Пищевая ценность [г]			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
65	Салат из белокочанной капусты	100	1,355	5,117	11,250	99,380
101	Суп картофельный с морковью	250	1,951	3,202	12,915	81,110
284	Буды творожные	100	29,278	18,648	18,648	699,890
198	Пюре из овощей с мясом	180	20,748	5,985	43,375	301,865
343	Компот из фруктов без сахара	200	0,250	0,090	0,849	33,400
376	Хлеб ржаной пшеничный	50	3,200	0,650	21,600	105,500
Итого за обед						
			67,616	37,791	89,779	1089,875

Дневная норма: Питание - 1 Струнное

№ р/н.	Наименование дробей, блюда	Масса порция	Пищевая ценность [г]			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
65	Салат из овощей с яблоком	100	1,143	6,189	14,281	110,160
82	Блюдо из овощей с мясом	250	2,093	3,218	13,100	108,440
289	Рис с овощами из птицы	250	28,106	30,660	25,996	899,210
343	Компот из фруктов без сахара	200	0,148	0,068	2,326	9,440
Итого за обед						
			31,490	40,135	55,703	1037,350

Возрастная группа с 7 до 11 лет

Питание: Питание - 1 Малозлепное

№ р/н.	Наименование дробей, блюда	Масса порция	Пищевая ценность [г]			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
65	Салат из овощей с яблоком	60	0,676	3,112	7,403	63,000
82	Блюдо из овощей с мясом	200	1,626	4,186	10,278	80,090
289	Рис с овощами из птицы	100	17,534	18,367	19,632	384,150
343	Компот из фруктов без сахара	200	0,148	0,068	2,326	9,440
Итого за обед						
			20,484	25,733	39,639	636,680

Дневная норма: Питание - 1 Малозлепное

№ р/н.	Наименование дробей, блюда	Масса порция	Пищевая ценность [г]			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
Обед						
65	Салат из белокочанной капусты	60	1,066	3,884	6,611	59,040
101	Суп картофельный с морковью	200	1,510	2,188	10,247	67,750
288	Буды творожные	50	31,216	20,512	18,247	399,849
198	Пюре из овощей с мясом	150	17,252	4,108	38,177	259,336
343	Компот из фруктов без сахара	200	0,250	0,090	0,849	33,400
376	Хлеб ржаной пшеничный	50	3,200	0,650	21,600	105,500
Итого за обед						
			55,214	49,598	78,225	692,566

Девальтация: Украина - 1. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
42	Сметанная творожная	40	1,020	1,060	6,736	32,218					
48	Шоколадный вафельный	200	1,376	4,216	8,820	84,866					
388	Бисквитный вафельный	30	13,377	20,499	11,010	281,210					
173	Вафельный вафельный	170	4,694	4,171	21,179	140,746					
376	Чайный вафельный	200	0,200	0,051	0,069	1,315					
	Чайный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Чайный вафельный без сахара	0,015	24,927	67,606	70,614	671,274					
Девальтация: Украина - 2. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
43	Вафельный вафельный	60	1,010	5,000	5,480	81,600					
47	Вафельный вафельный с корицей	200	1,676	4,186	10,078	86,690					
200	Вафельный вафельный	4000	11,344	10,202	6,634	132,200					
662	Вафельный вафельный с корицей	150	4,664	11,543	12,813	254,100					
349	Вафельный вафельный без сахара	240	0,200	0,660	10,140	45,600					
	Вафельный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Вафельный вафельный без сахара	0,015	23,574	22,447	64,067	216,720					
Девальтация: Украина - 3. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
45	Сметанная творожная вафельная	60	1,066	3,066	6,611	90,630					
101	Сметанная творожная вафельная с корицей	200	1,330	2,208	10,217	67,750					
173	Вафельный вафельный	80	21,416	33,912	109,840	1,999,840					
177	Вафельный вафельный без сахара	200	4,694	4,121	21,179	140,746					
	Вафельный вафельный без сахара	200	0,245	0,056	0,219	3,235					
	Вафельный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Вафельный вафельный без сахара	0,015	47,657	67,617	89,616	775,767					
Девальтация: Украина - 4. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
52	Сметанная творожная вафельная	60	1,000	3,060	6,376	57,210					
88	Шоколадный вафельный	300	1,306	4,216	8,820	84,866					
348	Вафельный вафельный с корицей	8000	14,264	24,838	11,064	371,460					
378	Вафельный вафельный с корицей	320	17,282	4,108	34,177	253,336					
342	Вафельный вафельный без сахара	300	0,210	0,060	0,040	10,400					
	Вафельный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Вафельный вафельный без сахара	0,015	38,027	36,653	87,547	839,606					
Девальтация: Украина - 5. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
71	Вафельный вафельный	60	0,216	0,112	2,908	13,840					
107	Сметанная творожная вафельная с корицей	200	5,076	5,441	15,384	131,070					
279	Вафельный вафельный	200	20,497	27,629	23,424	378,147					
349	Вафельный вафельный без сахара	200	0,280	0,060	10,140	45,600					
	Вафельный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Вафельный вафельный без сахара	0,015	38,753	24,912	72,658	675,690					

Девальтация: Украина - 1. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
52	Сметанная творожная вафельная	100	1,490	3,115	10,560	55,250					
88	Шоколадный вафельный	100	2,174	5,115	13,600	107,010					
288	Вафельный вафельный с корицей	100	16,971	25,206	21,697	345,130					
173	Вафельный вафельный	100	5,944	5,077	25,180	168,505					
376	Чайный вафельный	200	0,200	0,051	0,069	1,315					
	Чайный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Чайный вафельный без сахара	0,015	18,644	47,671	63,184	678,000					
Девальтация: Украина - 2. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
87	Вафельный вафельный	100	1,700	0,000	0,600	15,000					
87	Вафельный вафельный с корицей	750	2,040	5,216	11,100	106,640					
260	Вафельный вафельный	5200	16,218	11,415	4,274	195,840					
642	Вафельный вафельный с корицей	180	5,507	11,652	10,401	301,410					
349	Вафельный вафельный без сахара	300	0,200	0,660	10,140	45,600					
	Вафельный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Вафельный вафельный без сахара	0,015	24,375	42,673	67,415	694,780					
Девальтация: Украина - 3. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
45	Сметанная творожная вафельная	100	1,355	5,117	11,250	99,280					
101	Сметанная творожная вафельная с корицей	250	1,411	3,262	12,015	89,132					
173	Вафельный вафельный	100	19,278	18,642	409,600	409,600					
171	Вафельный вафельный	180	5,386	5,077	25,180	168,565					
177	Чайный вафельный без сахара	200	0,245	0,056	0,219	3,235					
	Чайный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Чайный вафельный без сахара	0,015	51,485	52,482	77,181	865,510					
Девальтация: Украина - 4. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
52	Сметанная творожная вафельная	100	1,000	3,115	10,560	55,250					
88	Шоколадный вафельный	250	2,170	5,272	12,460	107,010					
348	Вафельный вафельный с корицей	10000	17,315	16,231	15,751	433,360					
378	Вафельный вафельный с корицей	320	25,348	5,685	43,333	311,665					
342	Вафельный вафельный без сахара	200	0,200	0,060	0,040	10,400					
	Вафельный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Вафельный вафельный без сахара	0,015	45,874	46,192	104,375	1021,615					
Девальтация: Украина - 5. Украина											
№ р/н.	Наименование ледя изделий, б/ваз	Масса партия	Полная влажность (г)			Энергетическая ценность (ккал)					
			Б	Ж	У	Б	Ж	У			
Общая											
71	Вафельный вафельный	100	1,210	0,220	4,100	26,450					
107	Сметанная творожная вафельная с корицей	250	6,441	6,561	19,546	163,190					
279	Вафельный вафельный	250	25,509	28,016	29,948	476,190					
349	Вафельный вафельный без сахара	200	0,180	0,080	10,140	45,470					
	Вафельный вафельный без сахара	50	3,700	0,650	21,660	105,500					
	Вафельный вафельный без сахара	0,015	37,721	35,387	61,671	610,660					

