

Утверждаю:

АО «Комбинат школьного
питания «Огонёк»

Генеральный директор

« _____ Д.А. Затонский

» _____ 2024г.

Приказ № 198а от 01.10.2024г.

Согласовано:

Директор

МОАУ «СОШ № 16»

« _____ О.В. Долгополова

» _____ 2024г.

АО «Комбинат школьного питания «Огонёк»

**12-дневный примерный рацион питания для детей
с заболеванием «Фенилкетонурия»,
обучающихся в общеобразовательных организациях
г. Оренбурга, действующий с 03.10.2024г.**

12-18 лет

Идентификационный номер 198а/24-25/Ф

Согласовано:

В.В. Савченко

« _____ » _____ 2024 г.

Савченко

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Зимнее меню и пищевая ценностьготавливаемых блк

Рацион: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: понедельник

он: (Все)

Неделя: 1

ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
219,04	Каша гречневая (Увелка н/б) с овощами	200	1,05	7,28	0,05	258,2
112,16	Яблоко (вит)	200	0,8		22,6	93,6
300,08	Чай с сахаром	200			15	60
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	20	0,1	0,68	11,26	51,6
Итого за Завтрак		620	1,95	7,96	48,91	463,4
Итого за день			1,95	7,96	48,91	463,4

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 2)

Рацион: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: вторник

эН: (Все)

Неделя: 1

ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
125,12	Картофель отварной	320	6,1	9,22	49,09	303,7
300,08	Чай с сахаром	200			15	60
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	6,25	10,24	80,98	441
Итого за день			6,25	10,24	80,98	441

Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Еженедельное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 3)

Диагноз: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: среда

Эн: (Все)

Неделя: 1

Ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
23,06	Салат из свеклы отварной	100	1,43	8,43	8,37	115
166,02	Рис с овощами (MEVALIA)	220	1,35	15,28	0,07	414,3
783,22	Чай фруктовый (яблоко)	200	0,02	0,02	15,49	62,4
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	2,95	24,75	40,82	669
Итого за день			2,95	24,75	40,82	669

Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Ежедневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 5)

Диагноз: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: пятница

Эн: (Все)

Неделя: 1

Ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Завтрак

5,08	Салат из белокочанной капусты с огурцом свежим	100	1,51	9,99	8,26	129
333,02	Макароны (без глютена) отварные	220	0,67	6,38	0,07	359,1
300,08	Чай с сахаром	200			15	60
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	2,33	17,39	40,22	625,4
Итого за день			2,33	17,39	40,22	625,4

Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Суточное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 5)

Диагноз: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: пятница

Эн: (Все)

Неделя: 1

Ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
5,08	Салат из белокочанной капусты с огурцом свежим	100	1,51	9,99	8,26	129
333,02	Макароны (без глютена) отварные	220	0,67	6,38	0,07	359,1
300,08	Чай с сахаром	200			15	60
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	2,33	17,39	40,22	625,4
Итого за день			2,33	17,39	40,22	625,4

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 6)

Рацион: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: суббота

зн: (Все)

Неделя: 1

ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
365,08	Масло сливочное (порция)	20	0,12	14,5	0,2	131,8
219,04	Каша гречневая (Увелка н/б) с овощами	300	1,58	10,92	0,07	387,3
300,08	Чай б/с	200				
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	1,85	26,44	17,16	596,4
Итого за день			1,85	26,44	17,16	596,4

Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

мерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

дион: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: понедельник

эн: (Все)

Неделя: 2

ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Завтрак

166,12	Рис с сахаром (MEVALIA)	180	0,3	9,16	0,06	322,4
112,16	Яблоко (вит)	200	0,8		22,6	93,6
300,08	Чай с сахаром	200			15	60
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		610	1,25	10,18	54,55	553,3
Итого за день			1,25	10,18	54,55	553,3

Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

мерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 7)

дион: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: понедельник

эн: (Все)

Неделя: 2

ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
166,12	Рис с сахаром (MEVALIA)	180	0,3	9,16	0,06	322,4
112,16	Яблоко (вит)	200	0,8		22,6	93,6
300,08	Чай с сахаром	200			15	60
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		610	1,25	10,18	54,55	553,3
Итого за день			1,25	10,18	54,55	553,3

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 8)

Рацион: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: вторник

зн: (Все)

Неделя: 2

ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
24,04	Салат "Полонынский"	100	1,13	10,05	4,52	113,7
125,12	Картофель отварной д.с	220	4,19	6,34	33,75	208,8
783,22	Чай фруктовый (яблоко)	200	0,02	0,02	15,49	62,4
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	5,49	17,43	70,65	462,2
Итого за день			5,49	17,43	70,65	462,2

Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Суточное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд (лист 9)

Диагноз: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: среда

эп: (Все)

Неделя: 2

ст: Фенилкет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
63,13	Салат из моркови (припуц)..	100	1,33	8,43	15,55	143,4
219,04	Каша гречневая (Увелка н/б) с овощами	215	1,13	7,83	0,05	277,6
294,19	Чай с лимоном	200/5	0,05	0,01	15,15	60,8
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	2,66	17,29	47,64	559,1
Итого за день			2,66	17,29	47,64	559,1

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 10)

Рацион: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: четверг

эн: (Все)

Неделя: 2

ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
125,12	Картофель отварной	220	4,19	6,34	33,75	208,8
112,16	Яблоко (вит)	200	0,8		22,6	93,6
300,08	Чай с сахаром	200			15	60
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		650	5,14	7,36	88,24	439,7
Итого за день			5,14	7,36	88,24	439,7

Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Суточное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 11)

Диагноз: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: пятница

эп: (Все)

Неделя: 2

ст: Фенилкет

№ реп.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

Завтрак

2,08	Салат "Витаминный"	100	1,14	10,1	10,94	139,7
333,01	Макароны (без глютена) отварные, припущенные с овощами	220	1,07	6,35	0,07	349,6
783,22	Чай фруктовый (яблоко)	200	0,02	0,02	15,49	62,4
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	2,38	17,49	43,39	629
Итого за день			2,38	17,49	43,39	629

АО "Комбинат Школьного Питания "Огонёк"

4.3590-20

Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд (лист 12)

Рацион: Фенилкетонурия 12-18 (окт 2024) День: суббота

эН: (Все)

Неделя: 2

ст: Фенилкет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак						
32,01	Салат картофельный с соленым огурцом	100	1,99	5,07	14,62	112,1
166,02	Рис с овощами (MEVALIA)	215	1,32	14,94	0,07	404,9
294,19	Чай с лимоном	200/5	0,05	0,01	15,15	60,8
108,01	Хлеб белый "BALVITEN"	30	0,15	1,02	16,89	77,3
Итого за Завтрак		550	3,51	21,04	46,73	655,1
Итого за день			3,51	21,04	46,73	655,1

за период		37,81	185,88	633,98	6583,5
дневное значение за период		2,7	13,3	45,3	470,3

точное распределение эн. ценности по приемам пищи (среднее значение)

Завтрак		2,7	13,3	45,3	470,3
Завтрак2					
Обед					
Полдник					
Ужин					
Ужин2					

Составил _____ Москалева Т.н

Утвердил _____ Затонский Д.А

М.П.

