

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

1-4 класс

Рацион: Фенилкетонурия

День: понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666	Вермишель безбелковая	180	0,78	5,65	61,29	305,35
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,9
38	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,49	14,05	89,82	492,65
Обед-Фенилкетонурия*						
414Ф	Салат из сырой моркови с яблоками	100	1,11	0,15	15,50	65,60
666,06	Борщ вегетарианский	250	2,92	14,68	14,56	203,88
415Ф	Пюре из кабачков	150	0,90	5,22	7,65	73,35
301,01	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	146,0
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			4,62	25,4	71,16	570,13
Итого за день			5,71	39,05	160,98	1062,78

Рацион: Фенилкетонурия

День: вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,03	Каша из саго	200	0,2	6,72	26,80	165,90
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,9
667,01	Пюре яблочное	110	0,51	0,51	21,76	97,01
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,02	12,95	70,47	450,2
Обед-Фенилкетонурия*						
417Ф	Салат из свеклы с растительным маслом	100	1,64	3,96	10,29	78,62

401Ф	Суп-пюре из моркови с протертым саго	250	1,55	8,30	30,00	198,75
416Ф	Овощное пюре	120	2,40	5,00	15,50	117,36
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	138,6
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			6,26	18,10	107,13	614,63
Итого за день			7,14	26,64	144,91	1064,84

Рацион: Фенилкетонурия

День: среда

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,07	Каша из саго с тыквой	200	1,17	3,2	42,82	215,86
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283,00	Чай с сахаром	200			9,98	39,9
11,29	Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			2,08	11,8	86,05	473,66
Обед-Фенилкетонурия*						
419Ф	Икра свекольная	100	1,93	8,10	11,51	127,60
666,08	Щи вегетарианские	250	2,87	14,6	12,6	195,13
666,09	Картофельные котлеты	150	2,5	6,49	22,33	167,00
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			7,69	30,10	83,75	649,68
Итого за день			11	41,90	169,8	1087,34

Рацион: Фенилкетонурия

День: четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,15	Вермишель безбелковая	150	0,65	4,71	51,08	254,46
401	Масло сливочное	20	0,16	14,50	0,26	132,2
301,01	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3

38	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,64	12,99	99,25	604,56
Обед-Фенилкетонурия*						
418Ф	Салат из квашеной капусты	100	1,76	4,99	8,51	104,79
666,1	Суп-пюре картофельный вегетарианский	250	1,79	10,3	13,48	154,3
224	Рагу из овощей	150	2,64	6,93	16,51	164,00
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	136,8
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			5,41	20,89	64,85	641,19
Итого за день			7,05	33,88	164,1	1245,75

Рацион: Фенилкетонурия

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
667,04	Оладьи из низкобелковой смеси с повидлом	130/10	1,03	1,52	56,15	261,46
649,11	Морковь припущенная	130	1,80	2,30	9,70	69,00
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
413Ф	Компот из свежих яблок	200	0,2	0,20	25,78	99,2
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			2,64	9,6	107,41	577,06
Обед-Фенилкетонурия*						
42,08	Винегрет овощной	70	0,95	3,61	5,01	56,72
67,12	Свекольник без сметаны	250	2,17	4,26	16,08	111,7
666,03	Каша из саго	200	0,26	5,92	26,9	167,98
86,05	Сок фруктовый	200	1	0,2	20,2	92
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			4,6	14,7	86,6	509,7
Итого за день			7,25	24,34	194,02	1056,36

Рацион: Фенилкетонурия

День: понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7

Завтрак Фенилкетонурия						
42,08	Винегрет овощной	100	1,54	5	12,4	97,55
666,15	Вермишель безбелковая	170	0,71	5,60	58,65	294,27
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,9
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			2,56	18,59	99,58	579,12
Обед-Фенилкетонурия*						
25,13	Салат из свеклы с яблоками	100	1,06	5,2	9,81	91,09
666,28	Борщ вегетарианский	250	2,88	14,63	14,50	203,88
649,07	Морковь припущенная	150	2,12	0,16	11,25	57,05
666,12	Кабачки тушеные	50	0,38	1,49	2,94	27,05
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	136,8
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			7,11	22,32	89,84	597,17
Итого за день			7,88	34,33	151,09	1176,29

Рацион: Фенилкетонурия

День: вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,14	Каша из безбелковой крупки	200	0,26	5,92	26,9	167,98
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,9
667,03	Пюре яблочное	150	0,7	0,7	29,63	132,13
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,27	14,62	85,06	487,41
Обед-Фенилкетонурия*						
667,02	Салат овощной с морской капустой	100	1,05	5,05	3,73	65,44
666,17	Суп вермишелевый	250	1,00	7,54	35,03	215,55
138,15	Картофельное пюре с растительным маслом	250	4,28	9,65	34,85	243,74
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			6,49	22,4	92,5	684,68
Итого за день			7,76	37,02	177,56	1172,09

Рацион: Фенилкетонурия

День: среда

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
409Ф	Оладьи из низкобелковой смеси со сметаной	230/30	2,44	6,7	85,30	446,80
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,9
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,97	12,6	86,54	491,16
Обед-Фенилкетонурия*						
34,05	Салат "Здоровье"	100	1,68	5,11	7,25	105,00
56,21	Суп с мелкошинкованными овощами	250/10	2,14	5,76	11,48	156,00
649,08	Тыква тушеная	150	1,81	0,18	7,96	56,00
282,06	Чай	200	0	0	0	0
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
38	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Обед-Фенилкетонурия			6,26	12,20	54,91	445,30
Итого за день			8,23	24,80	141,45	936,46

Рацион: Фенилкетонурия

День: четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,09	Картофельные котлеты	100	1,70	4,33	14,9	104,49
401	Масло сливочное	20	0,16	14,50	0,26	132,2
301,01	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,6
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	30	0,23	0,75	18,42	81,3
11,29	Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,85	14,8	89,77	525,09
Обед-Фенилкетонурия*						
404Ф	Салат из белокочанной капусты с лимонным соком	100	1,65	0,08	8,29	70,6
666,18	Суп из тыквы и моркови	250	1,58	7,41	7,27	142,6
666,15	Вермишель безбелковая	150	0,65	4,71	51,08	254,46
282,06	Чай	200	0	0	0	0

667	Хлеб из низкобелковой смеси .	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			2,56	12,18	59,49	548,94
Итого за день			4,41	26,98	149,26	1074,03

Рацион: Фенилкетонурия

День: пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,07	Каша из саго с тыквой	200	1,17	3,2	42,82	215,86
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,9
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
38	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,88	11,60	81,15	450,16
Обед-Фенилкетонурия*						
474,02	Салат из белокочанной капусты	80	1,84	4,1	9,34	82,83
666,2	Рассольник с саго	250	2,34	2,27	24,87	135,53
666,19	Кабачки тушеные	80	0,31	1,15	2,36	21,28
138,12	Картофельное пюре	150	2,57	5,81	20,91	146,44
282,06	Чай .	200	0	0	0	0
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	136,5
667	Хлеб из низкобелковой смеси	30	0,23	0,75	18,42	81,3
Итого за Обед-Фенилкетонурия			7,5	13,42	90,4	603,88
Итого за день			9,38	25,02	171,55	1054,04

Итого за период	73,18	309,57	1591,9	10930,0
-----------------	-------	--------	--------	---------

*дополнительно в прием пищи (обед) применяется специализированный продукт диетического лечебного питания (Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 22 ноября 2004 г. N 255 "О порядке оказания первичной медико-санитарной помощи гражданам, имеющим право на получение набора социальных услуг" (с изменениями и дополнениями), который содержит 10 гр. белка, и дополнительно восполняет энергетическую ценность на 60-100 ккал в один прием пищи.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

5-11 класс

Рацион: Фенилкетонурия

День: понедельник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666	Вермишель безбелковая	200	0,97	6,28	68,10	339,28
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90
38	Яблоко	100	0,40	0,40	9,80	47,00
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,83	15,18	118,71	627,78
Обед-Фенилкетонурия*						
420Ф	Салат из сырой моркови с яблоками	150	1,67	0,23	23,25	98,40
666,06	Борщ вегетарианский	250	2,92	14,68	14,56	203,88
421Ф	Пюре из кабачков	200	1,20	6,96	10,20	97,80
301,01	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	146,00
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Обед-Фенилкетонурия			6,85	23,40	108,33	681,58
Итого за день			8,68	38,57	227,04	1309,36

Рацион: Фенилкетонурия

День: вторник

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,03	Каша из саго	220	0,26	7,39	29,48	182,49
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90
667,01	Пюре яблочное	110	0,51	0,51	21,76	97,01
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	40	0,31	1,00	24,56	108,40
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,16	16,15	85,91	493,90
Обед-Фенилкетонурия*						
422Ф	Салат из свеклы с растительным маслом	150	2,46	5,94	15,44	117,93
423Ф	Суп-пюре из моркови с протертым саго	300	1,86	9,96	36,00	238,50
424Ф	Овощное пюре	150	3,00	6,25	19,38	146,70
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	138,60
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	50	0,38	1,25	30,70	135,50

Итого за Обед-Фенилкетонурия	8,14	23,49	134,43	777,23
Итого за день	9,30	39,64	220,34	1271,13

Рацион: Фенилкетонурия

День: среда

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,07	Каша из саго с тыквой	220	1,29	3,52	47,10	237,45
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90
11,29	Яблоки	150	0,60	0,60	14,70	70,50
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			2,35	12,62	102,61	549,45
Обед-Фенилкетонурия*						
425Ф	Икра свекольная	150	2,90	12,15	17,27	191,40
666,08	Щи вегетарианские	300	3,44	17,52	15,12	234,16
666,09	Картофельные котлеты	200	3,33	8,65	29,77	222,67
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Обед-Фенилкетонурия			10,22	39,73	111,75	862,37
Итого за день			12,57	52,35	214,36	1411,82

Рацион: Фенилкетонурия

День: четверг

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,15	Вермишель безбелковая	200	0,87	6,28	68,11	339,28
401	Масло сливочное	20	0,16	14,50	0,26	132,20
301,01	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,60
667	Хлеб из низкобелковой смеси	40	0,31	1,00	24,56	108,40
38	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			2,41	22,46	132,35	763,48
Обед-Фенилкетонурия*						
426Ф	Салат из квашеной капусты	150	2,64	7,49	12,77	157,19
666,1	Суп-пюре картофельный вегетарианский	300	2,15	12,36	16,18	185,16
224	Рагу из овощей	200	3,52	9,24	22,01	218,67
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	136,80

667	Хлеб из низкобелковой смеси	40	0,31	1,00	24,56	108,40
Итого за Обед-Фенилкетонурия			9,05	30,18	108,43	806,21
Итого за день			11,47	52,64	240,78	1569,69

Рацион: Фенилкетонурия

День: пятница

Неделя: 1

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			тическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
667,04	Оладьи из низкобелковой смеси с повидлом	150/10	1,18	1,74	64,17	298,81
649,11	Морковь припущенная	150	2,08	2,65	11,19	79,62
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
427Ф	Компот из свежих яблок	200	0	0	26	99
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			3,92	13,09	131,97	679,23
Обед-Фенилкетонурия*						
42,08	Винегрет овощной	100	1,36	5,16	7,16	81,03
67,12	Свекольник без сметаны	300	2,60	5,11	19,30	134,04
666,03	Каша из саго	220	0,29	6,51	29,59	184,78
86,05	Сок фруктовый	200	1	0	20	92
667	Хлеб из низкобелковой смеси	40	0,31	1,00	24,56	108,40
Итого за Обед-Фенилкетонурия			5,6	18,0	100,8	600,2
Итого за день			9,47	31,07	232,78	1279,47

Рацион: Фенилкетонурия

День: понедельник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			тическая ценность
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
42,08	Винегрет овощной	100	1,54	5	12,4	97,55
666,15	Вермишель безбелковая	200	0,84	6,59	69,00	346,20
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
283	Чай с сахаром	200	0	0	10	40
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			2,84	20,08	122,21	685,25
Обед-Фенилкетонурия*						
25,13	Салат из свеклы с яблоками	100	1,06	5,2	9,81	91,09
666,28	Борщ вегетарианский	250	2,88	14,63	14,50	203,88

649,07	Морковь припущенная	150	2,12	0,16	11,25	57,05
666,12	Кабачки тушеные	80	1	2	5	43
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	136,80
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Обед-Фенилкетонурия			7,49	23,71	103,88	667,60
Итого за день			10,32	43,79	226,09	1352,85

Рацион: Фенилкетонурия

День: вторник

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,14	Каша из безбелковой крупки	220	0,29	6,51	29,59	184,78
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90
667,03	Пюре яблочное	180	0,84	0,84	35,56	158,56
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			1,59	15,85	105,96	584,83
Обед-Фенилкетонурия*						
667,02	Салат овощной с морской капустой	100	1,05	5,05	3,73	65,44
666,17	Суп вермишелевый	250	1,00	7,54	35,03	215,55
138,15	Картофельное пюре с растительным маслом	250	4,28	9,65	34,85	243,74
294,01	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	18,89	78,65
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Обед-Фенилкетонурия			6,87	23,65	123,20	738,88
Итого за день			8,46	39,50	229,16	1323,71

Рацион: Фенилкетонурия

День: среда

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
409 Ф	Оладьи из низкобелковой смеси со сметаной	230/30	2,44	6,70	85,30	446,80
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,1
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			2,90	15,20	126,11	688,30
Обед-Фенилкетонурия*						
34,05	Салат "Здоровье"	100	1,68	5,11	7,25	105,00

56,21	Суп с мелкошинкованными овощами	250/10	2,14	5,76	11,48	156,00
649,08	Тыква тушеная	200	2,41	0,24	10,61	74,67
282,06	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50
38	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47,00
Итого за Обед-Фенилкетонурия			7,02	12,76	69,84	518,17
Итого за день			9,92	27,96	195,95	1206,47

Рацион: Фенилкетонурия

День: четверг

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,09	Картофельные котлеты	150	2,60	6,50	22,33	156,73
401	Масло сливочное	20	0,16	14,50	0,26	132,20
301,01	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	29,62	136,60
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	50	0,38	1,25	30,70	135,50
11,29	Яблоки	150	0,60	0,60	14,70	70,50
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			4,42	23,13	97,61	631,53
Обед-Фенилкетонурия*						
404Ф	Салат из белокочанной капусты с лимонным соком	100	1,65	0,08	8,29	70,6
666,18	Суп из тыквы и моркови	250	1,58	7,41	7,27	142,6
666,15	Вермишель безбелковая	200	0,87	6,28	68,11	339,28
282,06	Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00
667	Хлеб из низкобелковой смеси .	40	0,31	1,00	24,56	108,40
Итого за Обед-Фенилкетонурия			4,40	14,77	108,23	660,86
Итого за день			8,83	37,90	205,84	1292,39

Рацион: Фенилкетонурия

День: пятница

Неделя: 2

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Б	Ж	У	
1	2	3	4	5	6	7
Завтрак Фенилкетонурия						
666,07	Каша из саго с тыквой	220	1,29	3,52	47,10	237,45
401	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,10
283	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	9,98	39,90
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50

38	Яблоки	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак Фенилкетонурия			2,15	12,42	97,71	525,95
Обед-Фенилкетонурия*						
474,02	Салат из белокочанной капусты	120	2,76	6,15	14,01	124,25
666,2	Рассольник с саго	250	2,34	2,27	24,87	135,53
666,19	Кабачки тушеные	120	0,47	1,73	3,54	31,92
138,12	Картофельное пюре	200	3,43	7,75	27,88	195,25
282,06	Чай .	200	0,00	0,00	0,00	0,00
293	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	32,92	136,50
667	Хлеб из низкобелковой смеси	50	0,38	1,25	30,70	135,50
Итого за Обед-Фенилкетонурия			9,82	19,23	133,92	758,95
Итого за день			11,97	31,65	231,63	1284,89
Итого за период			101,0	395,1	2224,0	13301,8

*дополнительно в прием пищи (обед) применяется специализированный продукт диетического лечебного питания (Приказ Министерства здравоохранения и социального развития РФ от 22 ноября 2004 г. N 255 "О порядке оказания первичной медико-санитарной помощи гражданам, имеющим право на получение набора социальных услуг" (с изменениями и дополнениями), который содержит 10 гр. белка, и дополнительно восполняет энергетическую ценность на 60-100 ккал в один прием пищи.