

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ  
ТВЕРСКОЙ ОБЛАСТИ**

Советская ул., д. 23, Тверь, 170100

тел. (4822) 32-10-53, факс 32-10-53

E-mail: dep\_obrazov@tverreg.ru

www.минобр.тверскаяобласть.рф

*24.02.2019 № 29/2415-05*

**Руководителям  
муниципальных органов  
управления образованием  
Тверской области**

На № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

**Уважаемые коллеги!**

Министерство образования Тверской области направляет Вам для сведения и организации работы меню для детей, страдающих сахарным диабетом, фенилкетонурией, болезнью Гиршпрунга.

Приложение: на 8 л. в 1 экз.; меню для детей, страдающих фенилкетонурией – в электронном виде.

**Начальник отдела дошкольного,  
общего среднего, коррекционного и  
дополнительного образования**

**Ж.Г. Ивлева**

### Меню для детей, страдающих сахарным диабетом

столы	меню	Выход
<b>Понедельник</b>		
<b>9 стол</b>	<b>Завтрак</b> Мол.геркулес – каша б/сахара Яйцо отварное Чай б/сахара Хлеб черный с маслом <b>Обед</b> Суп из зеленого горошка Греча с куриной котлетой Салат из моркови Компот б/с из сухофруктов Хлеб черный <b>Полдник</b> Сыр, хлеб, чай б/сахара <b>Ужин</b> Отварные рожки с печенью по строгановски Чай б/сахара с лимоном Хлеб черный 21 час молоко	250,0 1 шт. 200,0 50 300,0 220/80 100,0 200 50 25/50/200 250/110 200/10 50 200
<b>Вторник</b>		
	<b>Завтрак</b> Мол.гречневая – б/сахара сыр кофейный н-к б/сахара Хлеб черный с маслом сл. <b>Обед</b> Щи с мясом Пюре с мясной котлетой Салат из капусты Сок томатный Хлеб черный <b>Полдник</b> Сыр, хлеб, чай б/сахара фрукты <b>Ужин</b> Ленивые голубцы с колбасными изделиями сосиска отварная) Чай б/сахара с лимоном Хлеб черный 21 час кефир	250,0 25,0 200,0 50/10 300,0 200/80 100,0 200,0 50 25/50/200 150,0 300/100 200/10 50 200
<b>Среда</b>		
	<b>Завтрак</b> Мол.ячневая каша б/сахара Яйцо отварное Чай б/сахара Хлеб черный с маслом <b>Обед</b> Суп фасолевый с мясом	250,0 1 шт. 200,0 50/10 300,0

	Пюре с рыбной котлетой Салат из свеклы Компот б/с из сухофруктов Хлеб черный <b>Полдник</b> Сыр, хлеб, чай б/сахара фрукты <b>Ужин</b> Греча отварная с мясом отварным Чай б/сахара с лимоном Хлеб черный 21 час молоко	250/80 100,0 200,0 50 25/50/200 150,0 220/50 200/10 50 200
<b>Четверг</b>		
	<b>Завтрак</b> Мол.пшеничная каша б/сахара колбаса отварная Чай б/сахара Хлеб черный с маслом <b>Обед</b> Борщ с мясом Пюре с куриной котлетой Салат из капусты Компот б/с из сухофруктов Хлеб черный <b>Полдник</b> Мясо отварное, хлеб, чай <b>Ужин</b> Греча отварная с печенью в соусе белом Чай б/сахара Хлеб черный 21 час кефир	250,0 100,0 200 50/10 300,0 200/80 100,0 200 50 50/50/200 220/120 200 50 200
<b>Пятница</b>		
	<b>Завтрак</b> Мол.пшеничная каша б/сахара сыр какао Хлеб черный с маслом <b>Обед</b> Суп из свежей рыбы Пюре с рыбой жареной Салат из капусты Сок томатный Хлеб черный <b>Полдник</b> Омлет, хлеб, чай б/сахара <b>Ужин</b> Рагу овощное с мясом Чай б/сахара с лимоном Хлеб черный 21 час молоко	250,0 25,0 200 50/10 300,0 250/120 100,0 200 50 120/50/200 300,0 200/10 50 200
<b>Суббота</b>		
	<b>Завтрак</b> Мол.гречневая каша б/сахара Яйцо отварное	250,0 1 шт.

	Чай б/сахара Хлеб черный с маслом <b>Обед</b> Борщ со сметаной Греча с колбасой отварной Салат из моркови Компот б/с из сухофруктов Хлеб черный <b>Полдник</b> Сыр, хлеб, чай б/сахара фрукты <b>Ужин</b> Картошка тушеная с мясом Чай б/сахара с лимоном Хлеб черный 21 час кефир	200 50/10  300,0 220/100 100,0 200 50  25/50/200 150  280,0 200/10 50 200
<b>Воскресенье</b>		
	<b>Завтрак</b> Мол.пшеничная каша б/сахара Чай б/сахара Сыр хлеб черный с маслом <b>Обед</b> Суп гороховый на курице Плов с мясом Салат из капусты Компот б/с из сухофруктов Хлеб черный <b>Полдник</b> Сыр, хлеб, чай б/сахара <b>Ужин</b> Отварное рагу с мясом Чай б/сахара с лимоном Хлеб черный 21 час кефир	250,0 200 25/50/10  300,0 250,0 100,0 200 50  50/50/200  330,0 200/10 50 200

День 1

**ЗАВТРАК**

Наименование блюда, раскладка продуктов	Вес нетто, г	Белки, г в 100 г/ в порции	Фенилаланин, мг в 100 г/ в порции	Жиры, г в 100 г/в порции	Углеводы,г в 100 г/в порции	Калорийность, ккал в 100 г/в порции
<b>Низкобелковая каша</b>		<b>0,25</b>	<b>5,75</b>	<b>4,34</b>	<b>24,95</b>	<b>88,05</b>
Низкобелковая фруктовая каша/ низкобелковая кукурузная каша	30	0,7/0,21	14/4,2	0,6/0,18	83/24,9	340/51
Масло сливочное 82,5%	5	0,7/0,04	31/1,55	83,2/4,16	1/0,05	741/37,05

**ОБЕД**

<b>Суп овощной вегетарианский</b>		<b>0,85</b>	<b>37,7</b>	<b>7,02</b>	<b>5,11</b>	<b>89,08</b>
Картофель	30	2/0,6	100/30	0,1/0,03	14,8/4,44	71/21,3
Морковь	13	1/0,13	31/4,03	0,2/0,03	4,8/0,62	26/3,38
Лук	10	1,2/0,12	34/3,4	0,3/0,03	4,9/0,05	28/2,8
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6
<b>Котлеты картофельные</b>		<b>0,9</b>	<b>39,2</b>	<b>8,5</b>	<b>8,45</b>	<b>70</b>
Картофель	30	2/0,6	100/30	0,1/0,03	14,8/4,45	71/21,3
Лук репчатый	15	1,2/0,18	34/5,1	0,3/0,05	4,9/0,74	28/4,2
Заменитель яиц	5	0,9/0,045	20//1	1,5/0,075	65/3,25	336/16,8
Масло сливочное 82,5%	10	0,7/0,07	31/3,1	83,2/8,3	1/0,1	277/27,7

**ПОЛДНИК**

Фрукт на выбор +  
сок/чай/компот

**УЖИН**

<b>Низкобелковые макаронны с тушёной морковью</b>	<b>50</b>	<b>0,76</b>	<b>26,35</b>	<b>8,11</b>	<b>3,04</b>	<b>88,01</b>
Низкобелковые макаронны	30	0,3/0,04	6/1,55	0,6/4,16	85,2/0,05	359/37,05
Масло сливочное 82,5%	10	0,7/0,07	31/3,1	83,2/8,32	1/0,1	277/74,1
Лук репчатый	10	1,2/0,12	34/3,4	0,3/0,03	4,9/0,49	28/2,8
Морковь	50	1/0,5	31/15,5	0,2/0,1	4,8/2,4	26/13
Сметана 25%	5	2,8/0,14	149/7,45	21/1,05	3,0/0,15	212,2/10,6
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6

День 2

**ЗАВТРАК**

<b>Низкобелковая каша</b>		<b>0,25</b>	<b>5,75</b>	<b>4,34</b>	<b>24,95</b>	<b>88,05</b>
Низкобелковая фруктовая каша/ низкобелковая кукурузная каша	30	0,7/0,21	14/4,2	0,6/0,18	83/24,9	340/51
Масло сливочное 82,5%	5	0,7/0,04	31/1,55	83,2/4,16	1/0,05	741/37,05

**ОБЕД**

<b>Борщ украинский</b>		<b>1,38</b>	<b>55,57</b>	<b>8,15</b>	<b>7,17</b>	<b>108,15</b>
Картофель	30	2/0,6	100/30	0,1/0,03	14,8/4,44	71/21,3
Морковь	13	1/0,13	31/4,03	0,2/0,03	4,8/0,62	26/3,38
Капуста белокочан	20	1,4/0,28	41/8,2	0,2/0,04	4,2/0,84	25//5
Томат-паста	3	3,5/0,11	83/2,49	0,6/0,02	15,8/0,47	79/2,37
Лук	10	1,2/0,12	34/3,4	0,3/0,03	4,9/0,49	28/2,8
Сметана 25%	5	2,8/0,14	149/7,45	21/1,05	3,0/0,15	212,2/10,6
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6
<b>Капуста тушеная</b>		<b>1,19</b>	<b>33,89</b>	<b>7,13</b>	<b>3,97</b>	<b>84,57</b>
Капуста белокочан.	60	1,4/0,84	41/24,6	0,2/0,12	4,2/2,52	25/15
Томат паста	3	3,5/0,10	83/2,49	0,6/0,02	15,8/0,47	79/2,37
Лук	20	1,2/0,24	34/6,8	0,3/0,06	4,9/0,98	28/5,6
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6

**ПОЛДНИК**

Фрукт на выбор + сок/чай/компот

**УЖИН**

<b>Картофельное пюре с морковными котлетами</b>	<b>50</b>	<b>0,88</b>	<b>39,7</b>	<b>8,41</b>	<b>9,44</b>	<b>116,4</b>
Картофель	30	2/0,6	100/30	0,1/0,03	14,8/4,44	71/21,3
Масло сливочное 82,5%	5	0,7/0,04	31/1,55	83,2/4,16	1/0,05	741/37,05
Морковь	25	1/0,5	31/15,5	0,2/0,1	4,8/2,4	26/13
Лук репчатый	10	1,2/0,12	34/3,4	0,3/0,03	4,9/0,49	28/2,8
Заменитель яиц	4	0,9/0,03	20/1,5	1,5/0,01	65/4,16	277/16,8
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6

День 3

**ЗАВТРАК**

<b>Низкобелковая каша</b>		<b>0,25</b>	<b>5,75</b>	<b>4,34</b>	<b>24,95</b>	<b>88,05</b>
Низкобелковая фруктовая каша/низкобелковая кукурузная каша	30	0,7/0,21	14/4,2	0,6/0,18	83/24,9	340/51
Масло сливочное 82,5%	5	0,7/0,04	31/1,55	83,2/4,16	1/0,05	741/37,05

**ОБЕД**

<b>Суп рисовый</b>		<b>1,39</b>	<b>66,93</b>	<b>7,06</b>	<b>10,92</b>	<b>113,38</b>
Картофель	40	2/0,8	100/40	0,1/0,04	14,8/5,92	71/28,4
Морковь	13	1/0,13	31/4,03	0,2/0,03	4,8/0,62	26/3,38
Рис шлифованный	5	6,8/0,34	390/19,5	0,6/0,03	77,7/3,89	344/17,2
Лук	10	1,2/0,12	34/3,4	0,3/0,03	4,9/0,49	28/2,8
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6
<b>Котлеты морковно-свекольные</b>		<b>0,65</b>	<b>19,05</b>	<b>7,11</b>	<b>6,2</b>	<b>94</b>
Свекла	15	1,5/0,23	46/6,9	0,1/0,02	8,4/1,26	42/6,3
Морковь	25	1/0,25	31/7,75	0,2/0,05	4,8/1,2	26/6,5
Лук	10	1,2/0,12	34/3,4	0,3/0,03	4,9/0,49	28/2,8
Заменитель яиц	5	0,9/0,045	20/1	1,5/0,075	65/3,25	336/16,8
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6

**ПОЛДНИК**

Фрукт на выбор + сок/чай/компот

**УЖИН**

<b>Низкобелковые макароны с поджаркой</b>	<b>50</b>	<b>0,88</b>	<b>39,7</b>	<b>8,41</b>	<b>9,44</b>	<b>116,4</b>
Низкобелковые макароны	30	0,3/0,04	6/1,55	0,6/4,16	85,2/0,05	359/37,05
Масло сливочное 82,5%	5	0,7/0,04	31/1,55	83,2/4,16	1/0,05	741/37,05
Морковь	25	1/0,5	31/15,5	0,2/0,1	4,8/2,4	26/13
Заменитель яиц	4	0,9/0,03	20/1,5	1,5/0,01	65/4,16	277/16,8
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6

День 4

**ЗАВТРАК**

<b>Низкобелковая каша</b>		<b>0,25</b>	<b>5,75</b>	<b>4,34</b>	<b>24,95</b>	<b>88,05</b>
Низкобелковая фруктовая каша/ низкобелковая кукурузная каша	30	0,7/0,21	14/4,2	0,6/0,18	83/24,9	340/51
Масло сливочное 82,5%	5	0,7/0,04	31/1,55	83,2/4,16	1/0,05	741/37,05

**ОБЕД**

<b>Суп полевой с пшеном</b>		<b>1,54</b>	<b>70,43</b>	<b>7,23</b>	<b>10,47</b>	<b>113,68</b>
Картофель	40	2/0,8	100/40	0,1/0,04	14,8/5,92	71/28,4
Морковь	13	1/0,13	31/4,03	0,2/0,03	4,8/0,62	26/3,38
Пшено	5	9,8/0,49	460/23	3,9/0,2	68,8/3,44	350/17,5
Лук	10	1,2/0,12	34/3,4	0,3/0,03	4,9/0,49	28/2,8
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6
<b>Котлеты морковные</b>		<b>0,58</b>	<b>16,95</b>	<b>7,13</b>	<b>10,73</b>	<b>91,7</b>
Морковь	35	1/0,35	31/10,85	0,2/0,07	4,8/1,68	26/9,1
Лук	15	1,2/0,18	34/5,1	0,3/0,05	4,9/0,74	28/4,2
Заменитель яиц	5	0,9/0,045	20//1	1,5/0,075	65/3,25	336/16,8
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6

**ПОЛДНИК**

Фрукт на выбор + сок/чай/компот

**УЖИН**

<b>Овощное рагу</b>	<b>50</b>	<b>0,88</b>	<b>39,7</b>	<b>8,41</b>	<b>9,44</b>	<b>116,4</b>
Картофель	30	2/0,6	100/30	0,1/0,03	14,8/4,44	71/21,3
Морковь	20	1/0,5	31/15,5	0,2/0,1	4,8/2,4	26/13
Лук репчатый	10	1,2/0,18	34/5,1	0,3/0,05	4,9/0,74	28/4,2
Капуста белокочан.	20	1,4/0,84	41/24,6	0,2/0,12	4,2/2,52	25/15
Масло растительное	5			99/6,93		880/61,6



День 5

**ЗАВТРАК**

<b>Низкобелковая каша</b>		<b>0,25</b>	<b>5,75</b>	<b>4,34</b>	<b>24,95</b>	<b>88,05</b>
Низкобелковая фруктовая каша/низкобелковая кукурузная каша	30	0,7/0,21	14/4,2	0,6/0,18	83/24,9	340/51
Масло сливочное 82,5%	5	0,7/0,04	31/1,55	83,2/4,16	1/0,05	741/37,05

**ОБЕД**

<b>Суп картофельный с зеленым горошком</b>		<b>1,23</b>	<b>51,05</b>	<b>7,22</b>	<b>6,55</b>	<b>97,5</b>
Картофель	30	2/0,6	100/30	0,1/0,03	14,8/4,44	71/21,3
Морковь	15	1/0,15	31/4,65	0,2/0,03	4,8/0,72	26/3,9
Лук	10	1,2/0,12	34/3,4	0,3/0,03	4,9/0,49	28/2,8
Горошек зеленый консервированный	10	3,6/0,36	130/13	2/0,2	9/0,9	52/7,9
Масло растительное	7			99/6,93		880/61,6
<b>Котлеты капустные</b>		<b>0,78</b>	<b>23,05</b>	<b>4,36</b>	<b>5,78</b>	<b>68,15</b>
Капуста белокочан.	30	1,4/0,42	41/12,3	0,2/0,06	4,2/1,26	25/7,5
Лук репчатый	15	1,2/0,18	34/5,1	0,3/0,05	4,9/0,74	28/4,2
Морковь	10	1/0,1	31/3,1	0,2/0,02	4,8/0,48	26/2,6
Заменитель яиц	5	0,9/0,045	20//1	1,5/0,075	65/3,25	336/16,8
Масло сливочное 82,5%	5	0,7/0,04	31/1,55	83,2/4,16	1/0,05	741/37,05

**ПОЛДНИК**

Фрукт на выбор + сок/чай/компот

**УЖИН**

<b>Котлеты картофельные</b>		<b>0,9</b>	<b>39,2</b>	<b>8,5</b>	<b>8,45</b>	<b>70</b>
Картофель	30	2/0,6	100/30	0,1/0,03	14,8/4,45	71/21,3
Лук репчатый	15	1,2/0,18	34/5,1	0,3/0,05	4,9/0,74	28/4,2
Заменитель яиц	5	0,9/0,045	20//1	1,5/0,075	65/3,25	336/16,8
Масло сливочное 82,5%	10	0,7/0,07	31/3,1	83,2/8,3	1/0,1	277/27,7