



Шкарбик меню для організації харчування

10 лютого 2024 р.

| Продукт харчування, харчовий раціон | Маса порції, г (гр.) | Головний склад (г) | | | | Зміст жиру в 100 г (г) | Вуглеводи (г) | | | Мінеральні елементи (мг) | | | | | Солі |
|--|----------------------|--------------------|-------------|--------------|---------------|------------------------|---------------|--------|---|--------------------------|--------------|---------------|---------------|-------------|------|
| | | Б | Ж | У | В | | С | А (мг) | Е | Са | Р | Мg | К | | |
| Обід №11 (вишуканіше варіант) | | | | | | | | | | | | | | | |
| Суп-пюре, 60.88 | 200 | 7.41 | 3.38 | 44.1 | 227.47 | 0.74 | | | | | 10.14 | 22.30 | 17.04 | 0.71 | |
| Варення картопляне з м'яса свиня (фасол) (С), 484.45 | 180 | 10.20 | 2.52 | 26.85 | 236.85 | 0.17 | | | | | 22.19 | 124.41 | 93.99 | 1.57 | |
| Хліб пшеничний, 200 | 200 | | | 8.98 | 33.09 | | | | | | 6.30 | | | 0.71 | |
| Хліб пшеничний, 30 | 30 | 2.48 | 0.30 | 14.50 | 16.18 | 0.10 | | | | | 1.80 | 14.50 | 4.20 | 0.71 | |
| Хліб пшеничний, 30 | 30 | 2.48 | 0.30 | 14.50 | 16.18 | 0.10 | | | | | 1.80 | 14.50 | 4.20 | 0.71 | |
| Обід | 200 | 22.86 | 6.40 | 69.47 | 607.38 | 0.61 | | | | | 47.23 | 226.81 | 161.94 | 3.70 | |
| Полдник (забезпечення харчування) | | | | | | | | | | | | | | | |
| Пюре картопляне, 213.83 | 200 | 6.71 | 1.42 | 22.30 | 47.74 | 0.73 | | | | | 14.01 | 93.27 | 13.29 | 1.03 | |
| Хліб пшеничний, 200 | 200 | 8.12 | 0.20 | 14.80 | 60.30 | 0.81 | | | | | 1.18 | 12.20 | 2.70 | 1.03 | |
| Полдник | 200 | 14.83 | 1.62 | 37.10 | 108.04 | 1.54 | | | | | 15.19 | 105.47 | 15.99 | 2.06 | |

Меню №11



ГОРЬКОВО

УПРАВЛЕНИЕ
Здоровья МАУ ЦСЗД ГОРЬКО

И.И. Кривош



Справка о состоянии здоровья гражданина

10 ноября 2024 г.

| Противоэпидемиологическая группа | Масса тела (кг) | Среднее артериальное (мм рт.ст.) | | | Частота пульса в покое (в мин) | Давление (мм рт.ст.) | | | | | Мультипараметрический индекс (M) | | | | | | |
|----------------------------------|-----------------|----------------------------------|-----|-----|--------------------------------|----------------------|---|----|---|---|----------------------------------|---|---|----|--|--|--|
| | | С | Д | Ср | | С | Д | Ср | С | Д | Ср | С | Д | Ср | | | |
| Безопасная | 74 | 120 | 80 | 112 | 65 | | | | | | | | | | | | |
| Условно безопасная | 75 | 125 | 85 | 115 | 68 | | | | | | | | | | | | |
| Среднеопасная | 80 | 130 | 90 | 120 | 70 | | | | | | | | | | | | |
| Высокоопасная | 85 | 135 | 95 | 125 | 75 | | | | | | | | | | | | |
| Очень высокая | 90 | 140 | 100 | 130 | 80 | | | | | | | | | | | | |
| Среднеопасная | 80 | 130 | 90 | 120 | 70 | | | | | | | | | | | | |
| Условно безопасная | 75 | 125 | 85 | 115 | 68 | | | | | | | | | | | | |
| Безопасная | 74 | 120 | 80 | 112 | 65 | | | | | | | | | | | | |

