**Задание: на двойных листах или составить меню на три дня по указанной диете в списке.**

**Подписать лист: Организация питания в стационаре, ФИО студента**

**Рассчитать определяющая базовый уровень метаболизма, индекс Кетле**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| ФИО 2 бригада | вид диеты | вес, рост пациента |
| 1. Горюнова Виктория | Стандартная диета | 70 кг, 175 см женщина |
| 1. Иванова Алина | Щадящая диета | 68 кг, 160 см женщина |
| 1. Кириллова Николь | Высокобелковая диета | 56 кг, 165 см мужчина |
| 1. Павлова Мария | С пониженной калорийностью | 120 кг, 189 см мужчина |
| 1. Полукаров Сергей | Щадящая диета | 78 кг, 176 см мужчина |
| 1. Потапова Дарья | Стандартная диета | 69 кг, 169 см женщина |
| 1. Соломонова Виктория | С повышенной калорийностью | 48 кг, 154 см женщина |
| 1. Титарева Виктория | С пониженной калорийностью | 120 кг, 178 см мужчина |
| 1. Трубникова Анна | Высокобелковая диета | 62 кг, 176 см мужчина |
| 1. Усикова Дарья | С повышенной калорийностью | 46 кг, 148 см женщина |
| 1. Худякова Виктория | Щадящая диета | 75 кг, 174 см мужчина |
| 1. Эседов Владислав | Низкобелковая диета | 64 кг, 156 см женщина |

Материал сделать в виде таблицы, например:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| День, прием пищи (завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин) | Блюда, грамовка | Общее количество калорий для диеты | Количество белков в граммах  на весь прием | Количество жиров в граммах  на весь прием | Количество углеводов в граммах  на весь прием | Количество калорий на один прием пищи |
| 1 день: |  | одна цифра |  |  |  |  |
| 1) завтрак | каша овсяная на воде 200 г  сок яблочный 100 мл  белый хлеб 50 г |  |  |  |  |  |
| 2) второй завтрак | йогурт питьевой 250 мл |  |  |  |  |  |
| 3) обед |  |  |  |  |  |  |
| 4) полдник |  |  |  |  |  |  |
| 5) ужин |  |  |  |  |  |  |