

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Начальник ОДП МАУ " Центр
детского и диетического питания " ГО
г. Уфа Республики Башкортостан
Н. А. Исламова

МЕНЮ

для организации питания в лагерях труда и отдыха (сахарный диабет)

01 июня 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак														
Мясо тушеное с овощами (без муки и томат- пасты)	35/35	10,47	12,37	1,06	157,34	0,04	1,05	140	1,8	14,19	111,94	16,11	1,64	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай	200													
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Бифалайф	100	3,2	3,2	5	60									
Итого		20,2	19,8	38	410	0,30	1,05	159	2,6	32,93	248,99	93,86	4,75	
Обед														
Суп крестьянский с пшеном (без картофеля) со сметаной	200/5	1,54	4,15	6,5	70,32	0,04	16,04	300,39	1,55	31,69	38,56	16,5	0,55	
Мясо отварное	50	15,07	12,96		176,58	0,05			0,32	10,97	152,28	18,04	2,22	
Каша кукурузная вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	130/4	3,08	4,44	26,34	157,65	0,05		12,24	2,02	10	40,52	11,28	1,02	
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,8	0,14	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,6	0,2	9,2	44	0,08			0,34	5,8	26	8,4	0,6	
Итого		21,35	21,76	42,3	450,93	0,22	18,84	312,77	4,24	61,26	258,90	55,1	4,43	174,44

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДАЮ

Начальник ОДП МАУ " Центр
детского и диетического питания " ГО
г. Уфа Республики Башкортостан

Н. А. Исламова

МЕНЮ

для организации питания в лагерях дневного пребывания (сахарный диабет)

01 июня 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическ ая ценнос ть	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак														
Мясо тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)	35/35	10,47	12,37	1,06	157,34	0,04	1,05	140	1,8	14,19	111,94	16,11	1,64	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай	200													
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Бифилайф	100	3,2	3,2	5	60									
Итого		20,2	19,8	38	410	0,30	1,05	159	2,6	32,93	248,99	93,86	4,75	
Обед														
Суп крестьянский с пшеном (без картофеля) со сметаной	200/5	1,54	4,15	6,5	70,32	0,04	16,04	300,39	1,55	31,69	38,56	16,5	0,55	
Мясо отварное	50	15,07	12,96		176,58	0,05			0,32	10,97	152,28	18,04	2,22	
Каша кукурузная вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)	130/4	3,08	4,44	26,34	157,65	0,05		12,24	2,02	10	40,52	11,28	1,02	
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,8	0,14	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,6	0,2	9,2	44	0,08			0,34	5,8	26	8,4	0,6	
Итого		21,35	21,76	42,3	450,93	0,22	18,84	312,77	4,24	61,26	258,90	55,1	4,43	186,47