

Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

25 сентября 2020 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак с 12 до 18 лет														
Каша кукурузная молочная вязкая (б/сах)	180/5	6,7	6,90	40,39	251,17	0,10	1,1	57,71	0,41	114,49	132,21	27,22	1,50	
Чай с лимоном (сах.диабет)	200/7	0,07		0,07	0,07		3,99	0,14	0,01		1,54			
Хлеб ржаной с сыром	30/20	6,73	5,62	13,44	133	0,03	0,14	47,6	0,08	205,4	120	17	1,01	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		16,71	15,72	58,40	446,24	0,16	5,81	105,45	0,50	438,89	253,75	58,22	2,61	
Обед с 12 до 18 лет														
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,39	2,55	1,38	30,01	0,02	3,59			11,05		6,83	0,28	
Щи из свежей капусты (без картофеля)	250/5	1,75	4,87	6,02	76,06	0,04	30,02			48,48		20,67	0,7	
Биточки рубленые из цыплят-бройлеров (без хлеба и молока)	100	17,2	20,8	0,36	256,34	0,08	1,84			18,76		17,84	1,24	
Каша полтавская вязкая с маслом	180/5	5,22	4,21	30,62	181,1	0,14		22,5	0,86	22,51	118,95	27,20	2,02	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		26,03	32,73	51,82	606,51	0,3	35,45	22,5	0,86	106,20	118,95	78,5	5,11	130,00

Начальник ОДП



Исламова Н.А.

Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

25 сентября 2020 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
Завтрак с 7 до 11 лет														
Каша кукурузная молочная вязкая	150/5	5,6	6,36	33,71	215,01	0,08	0,9	51,87	0,35	95,86	110,52	22,72	1,26	
Чай с лимоном (сах.диабет)	200/7	0,07		0,07	0,07		3,99	0,14	0,01		1,54			
Хлеб ржаной с сыром	30/20	6,73	5,62	13,44	133	0,03	0,14	47,6	0,08	205,4	120	17	1,01	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		15,60	15,18	51,72	410,08	0,14	5,63	99,61	0,44	420,26	232,06	53,72	2,37	
Обед с 7 до 11 лет														
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	0,39	2,55	1,38	30,01	0,02	3,59			11,05		6,83	0,28	
Щи из свежей капусты (без картофеля)	250/5	1,75	4,87	6,02	76,06	0,04	30,02			48,48		20,67	0,7	
Биточки рубленые из цыплят-бройлеров (без хлеба и молока)	100	17,2	20,8	0,36	256,34	0,08	1,84			18,76		17,84	1,24	
Каша полтавская вязкая с маслом	150/5	4,35	4,11	25,53	156,43	0,11		22,5	0,73	19,14	99,38	22,68	1,68	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		25,16	32,63	46,73	581,84	0,3	35,45	22,5	0,73	102,83	99,38	74,0	4,77	120,00

Начальник ОДДП


Исламова Н.А.

