

Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с фенилкетонурией)

22 сентября 2020г.

Прием пищи, наименование блюд	Выход , г	Белки, г	Жиры, г	углево- ды, г	ЭЦ, ккал	цена
завтрак с 7-11 лет						
Каша низкобелковая	200	0,24	6,7	26,7	166	
Масло сливочное	10	0,1	8,3	0,1	75	
Чай с сахаром	200	0,22	0,11	16,2	64,8	
Яблочное пюре	150	0,63	0,63	30,27	142,6	
Хлеб низкобелковый	18	0,14	0,45	11,05	48,78	
Итого		1,33	16,19	84,32	497,18	55,00
Обед с 7-11 лет						
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	
Суп вермишелевый	250	2,5	8,25	4,6	116,25	
Картофельное пюре с растительным маслом	200	4	8,42	25,8	195	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	25,78	99,2	
Итого		8,08	19,95	63,19	472,57	65,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с фенилкетонурией)

22 сентября 2020г.

Прием пищи, наименование блюд	Выход , г	Белки, г	Жиры, г	Углево- ды, г	ЭЦ, ккал	цена
завтрак с 12-18 лет						
Каша низкобелковая	250	0,24	6,7	26,7	166	
Масло сливочное	15	0,1	8,3	0,1	75	
Чай с сахаром	200	0,22	0,11	16,2	64,8	
Яблочное пюре	150	0,63	0,63	30,27	142,6	
Хлеб низкобелковый	18	0,14	0,45	11,05	48,78	
Итого		1,33	16,19	84,32	497,18	60,00
Обед с 12-18 лет						
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,38	3,08	7,01	62,12	
Суп вермишелевый	250	2,5	8,25	4,6	116,25	
Картофельное пюре с растительным маслом	250	4	8,42	25,8	195	
Компот из свежих плодов	200	0,2	0,2	25,78	99,2	
Итого		8,08	19,95	63,19	472,57	70,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



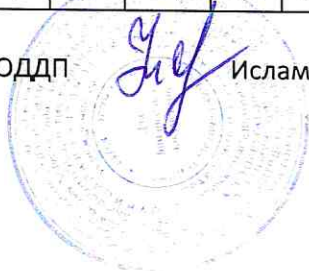
Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

22 сентября 2020г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 7-11 лет														
Запеканка творожная (без муки и б/сах)	100	20,63	8,75	9	202	0,04	0,48	60,68	0,16	159,09	213,88	22,14	0,45	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной с маслом	30/5	1,51	3,93	13,51	96,05	0,03		22,5	0,05	6,6	1,5	6	0,88	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого		25,94	16,48	41,71	430,55	0,15	16,08	90,68	0,51	308,69	231,88	55,64	4,73	
Обед с 7-11 лет														
Салат из белокочанной капусты с морковью	60	1,38	3,08	7,01	62,12	0,03	31,11	242,03	1,44	38,08	27,68	15,54	0,52	
Рассольник ленинградский (без картофеля) со сметаной	250/5	3,99	7,19	25,54	184,29	0,08	6	706,58	3,15	43,89	125,22	33,61	1,21	
Мясо тушеное с овощами (без муки)	40/40	12,04	14,13	1,47	181,24	0,05	1,83	164,2	2,06	16,5	124,25	19,12	1,91	
Картофель отварной с маслом	100/3	2,16	2,6	17,43	101,99	0,13	21,34	16,7	0,14	13,23	62,79	24,65	0,98	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		19,87	24,25	58,45	533,82	0,3	31,27	888,38	5,38	84,12	321,26	87,58	5,12	120,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.



Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной

22 сентября 2020г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическа я ценнос ть	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Завтрак с 12-18 лет														
Запеканка творожная (без муки и б/сах)	100	20,63	8,75	9	202	0,04	0,48	60,68	0,16	159,09	213,88	22,14	0,45	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной с маслом	30/20	1,63	14,8	13,7	195,2	0,03				10,2		6	0,91	
Кисломолочны й продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Яблоки	150	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого		25,94	16,48	41,71	430,55	0,15	16,08	90,68	0,51	308,69	231,88	55,64	4,73	
Обед с 12-18 лет														
Салат из белокочанной капусты с морковью	80	1,84	4,1	9,34	82,83	0,04	41,48			51,51		20,76	0,70	
Рассольник ленинградский (без картофеля) со сметаной	250/5	3,99	7,19	25,54	184,29	0,08	6	706,58	3,15	43,89	125,22	33,61	1,21	
Мясо тушеное с овощами (без муки)	40/40	12,04	14,13	1,47	181,24	0,05	1,83	164,2	2,06	16,5	124,25	19,12	1,91	
Картофель отварной с маслом	150/5	3,24	4,27	26,15	156,25	0,19	32,00	27,3	0,21	20,14	94,30	36,98	1,47	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		19,87	24,25	58,45	533,82	0,3	31,27	888,38	5,38	84,12	321,26	87,58	5,12	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

