

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

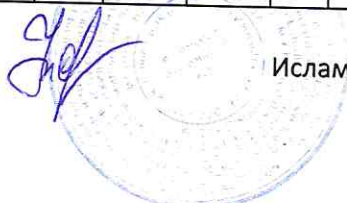
30 сентября 2020 г.

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	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак с 7-11 лет														
Сырники из творога (б/сах)	110	22,75	8,81	12,99	226,16	0,07	0,5	41,25	1,79	170,06	236,5	25,65	0,68	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной с маслом	30/10	1,55	7,55	13,57	129,1	0,03				7,8		6	0,89	
Яблоки	1 шт.	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого за Завтрак-Сахарный Диаб		24,9	16,96	41,26	425,76	0,15	15,5	48,75	2,09	201,86	253	45,15	4,87	
Обед с 7-11 лет														
Салат из белокачанной капусты с яблоками	60	1,17	3,1	4,5	52	0,02	29,3	2,7	1,41	34,37	20,94	11,46	0,75	
Суп из овощей (без картофеля) со-сметаной	250/10	1,89	6,63	6,64	94,92	0,05	21,36	549,8	2,39	47,18	37,22	22,56	0,73	
Рыба, тушеная в томате с овощами без сахара	70/35	14,1	4,9	2,05	109,39	0,11	3,02			44,57		55,61	0,93	
Каша пшенная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16		23,63	0,16	14,27	88,88	31,3	1,05	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за Обед-Сахарный Диаб		22,36	16,79	49,03	440,61	0,38	36,88	639,93	2,9	118,42	139,1	125,47	4,03	120,00

Начальник ОДДП



Исламова Н.А.



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

30 сентября 2020 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак с 12-18 лет														
Сырники из творога (б/сах)	110	22,75	8,81	12,99	226,16	0,07	0,5	41,25	1,79	170,06	236,5	25,65	0,68	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной с маслом	30/10	1,55	7,55	13,57	129,1	0,03				7,8		6	0,89	
Яблоки	1 шт.	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого		24,9	16,96	41,26	425,76	0,15	15,5	48,75	2,09	201,86	253	45,15	4,87	
Обед с 12-18 лет														
Салат из белокачанной капусты с яблоками	80	1,56	4,17	6,01	69,26	0,03	39,10			45,82		15,28	1,00	
Суп из овощей (без картофеля) со сметаной	250/10	1,89	6,63	6,64	94,92	0,05	21,36	549,8	2,39	47,18	37,22	22,56	0,73	
Рыба, тушеная в томате с овощами без сахара	70/35	14,1	4,9	2,05	109,39	0,11	3,02			44,57		55,61	0,93	
Каша пшенная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16		23,63	0,16	14,27	88,88	31,3	1,05	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого		22,36	16,79	49,03	440,61	0,38	36,88	639,93	2,9	118,42	139,1	125,47	4,03	120,00

Начальник ОДП

Исламова Н.А.

