

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

07 декабря 2020 г

Прием пищи, наименование блюда	Выход, г	Белки , г	Жир ы, г	Углев оды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг			Витамины, мг		цена
						Ca	Mg	Fe	B ₁	C	
Завтрак с 7-11 лет											
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,13	3,97	18,61	126,54	10,04	65,15	2,21	0,14		
Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Хлеб ржаной с маслом и сыром	30/10/10	6,70	5,62	13,44	133,00	205,40	17,00	1,01	0,03	0,14	
Яблоки	120	0,50	0,50	11,80	26,40	19,00	10,80	2,60	0,04	0,07	
Итого за прием		10,83	9,59	32,05	259,54	215,44	82,15	3,22	0,17	0,14	
Обед с 7-11 лет											
Маринад овощной без томата	60	1,38	3,08	7,01	62,12	38,08	15,54	0,52	0,03	31,11	
Суп с мелкошинкованн ыми овощами со сметаной	250/5	1,76	4,25	7,89	77,69	34,03	20,01	0,67	0,05	19,98	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	40	9,56	8,94	2,29	127,88	17,06	14,26	1,43	0,04	0,33	
Каша Артек вязкая с маслом	150/5	2,73	3,22	19,45	117,79	14,56	11,75	0,55	0,03	0,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	12,96	48,80						
Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	63,00	5,40	6,00	0,87	0,02	0,00	
Итого за прием		17,34	19,88	63,04	497,28	109,13	67,56	4,04	0,17	51,42	120,00

Начальник ОДПП

Исламова Н.А.



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

23 ноября 2020 г

Прием пищи, наименование блюда	Выход, г	Белки , г	Жир ы, г	Углев оды, г	ЭЦ, ккал	элементы, мг			Витамины, мг		цена
						Ca	Mg	Fe	B ₁	C	
Завтрак с 12-18 лет											
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	4,13	3,97	18,61	126,54	10,04	65,15	2,21	0,14		
Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Хлеб ржаной с маслом и сыром	30/15/10	6,70	5,62	13,44	133,00	205,40	17,00	1,01	0,03	0,14	
Яблоки	120	0,50	0,50	11,80	26,40	19,00	10,80	2,60	0,04	0,07	
Итого за прием		10,83	9,59	32,05	259,54	215,44	82,15	3,22	0,17	0,14	
Обед с 12-18 лет											
Маринад овощной без томата	60	1,38	3,08	7,01	62,12	38,08	15,54	0,52	0,03	31,11	
Суп с мелкошинкованн ыми овощами со сметаной	250/5	1,76	4,25	7,89	77,69	34,03	20,01	0,67	0,05	19,98	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	50	12,83	11,54	0,89	157,93	14,98	15,18	0,97	0,07	1,96	
Каша Артек вязкая с маслом	150/5	2,73	3,22	19,45	117,79	14,56	11,75	0,55	0,03	0,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	12,96	48,80						
Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	63,00	5,40	6,00	0,87	0,02	0,00	
Итого за прием		19,23	19,40	54,63	465,21	68,97	52,94	3,06	0,17	21,94	130,00

Начальник ОДЦП

Исламова Н.А.

