

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

30 ноября 2020 г

Прием пищи, наименование блюда	Выход, г	Белк и, г	Жиры , 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	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	10,04	65,15	2,21	0,14					
Биточки рубленые из цыплят бройлеров без хлеба и молока)	60	10,32	12,48	0,22	153,80	0,05	1,10			11,41		10,71	0,75	
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	30/20	7,66	5,62	13,80	136,00	0,13	0,14	47,60	0,59	208,70	159,00	23,60		1,04
Обед с 7-11 лет														
Салат из белокачанной 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
Суп крестьянский с пшеном (без картофеля) со	250/10	2,02	5,75	8,25	93,89	0,06	20,02	378,00	1,92	42,83	39,77	20,91		0,69
Мясо птицы, припущенное с овощами	40	10,19	9,14	0,71	125,20	0,05	1,56	0,00	0,00	12,14	0,00	12,08		0,77
Каша перловая вязкая с маслом	130/4	2,73	3,22	19,45	117,79	0,03	0,00	18,00	0,36	14,56	94,87	11,75		0,55
Чай	200	0,00	0,00	0,00	0,00									
Хлеб ржаной- пшеничный	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60		0,90
Итого за день		40,83	43,56	81,85	881,34	0,61	53,93	704,28	5,12	346,46	458,37	172,34	7,43	120,00


Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

30 ноября 2020 г

Прием пищи, наименование блюда	Выход, г	Белк и, г	Жиры , г	Углев оды, г	ЭЦ, ккал	элементы, мг			Витамины, мг				цена	
						В ₁	С	А	Е	Са	Р	Mg		Fe
Завтрак с 12-18 лет														
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	5,71	5,11	25,76	171,65	0,19		23,40	0,41	13,51	135,60	90,20	3,05	
Биточки рубленые из цыплят бройлеров без хлеба и молока)	60	10,32	12,48	0,22	153,80	0,05	1,10			11,41		10,71	0,75	
Чай	200													
Хлеб ржано- пшеничный с сыром	30/20	7,66	5,62	13,80	136,00	0,13	0,14	47,60	0,59	208,70	159,00	23,60	1,04	
Итого за прием		23,69	23,21	39,78	461,45	0,37	1,24	71,00	1,00				4,84	
Обед с 12-18 лет														
Салат из белокачанной 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	
Суп крестьянский с пшеном (без картофеля) со сметаной	250/10	2,02	5,75	8,25	93,89	0,06	20,02	378,00	1,92	42,83	39,77	20,91	0,69	
Мясо птицы, припущенное с овощами	50	21,61	19,33	1,06	263,23	0,11	2,90	126,00	0,71	21,36	186,22	24,11	1,58	
Каша перловая вязкая с маслом	150/5	3,14	3,99	22,34	137,95	0,04		22,50	0,42	16,80	109,06	13,50	0,63	
Чай	200													
Хлеб ржаной- пшеничный	30	2,40	0,30	13,80	66,00	0,12			0,51	8,70	39,00	12,60	0,90	
Итого за прием		40,83	43,56	81,85	881,34	0,61	53,93	704,28	5,12	346,46	458,37	172,34	7,43	130,00

Начальник ОДЦП  Исламова Н.А.

