

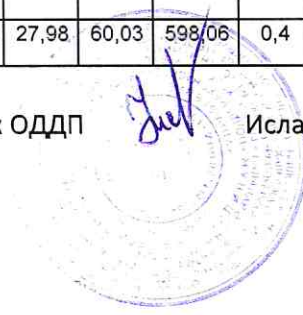
Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

19 января 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														
Омлет натуральный	160	16,81	18,15	3	242,85	0,1	0,59	327,06	1,91	129,82	275,33	21,51	3,16	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Кисломолочный продукт	100													
Итого		20,01	18,55	21,40	330,85	0,26	0,59	327,06	2,59	141,42	327,33	38,31	4,36	
Обед с 7-11 лет														
Щи из свежей капусты (без картофеля)	200/8	1,5	4,49	4,96	67,33	0,03	24,03			42,3		16,9	0,57	
Гуляш	50/50	15,31	16,7	3,53	225,56	0,06	2,44	9,6	2,17	18,75	159,16	21,3	2,38	
Каша Артек вязкая с маслом	150/5	6,25	6,38	32,93	214,79	0,14	0,94	38,34	0,69	105,66	169,8	32,76	1,88	
Напиток лимонный (б/сах)	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,8	0,14	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		26,32	27,98	60,03	598,06	0,4	30,21	48,08	3,55	181,11	382,50	88,60	6,07	120,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



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

19 января 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 12-18 лет														
Омлет натуральный	180	18,9	20,41	3,38	273,06	0,1	0,67	367,77	2,14	145,92	309,55	24,18	3,55	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Кисломолочный продукт	100													
Итого		22,10	20,81	21,78	361,06	0,28	0,67	367,77	2,82	157,52	361,55	40,98	4,75	
Обед с 12-18 лет														
Щи из свежей капусты (без картофеля)	250/10	1,88	5,62	6,2	84,16	0,04	30,04	412,5	1,97	52,9	47,38	21,1	0,71	
Гуляш	50/50	15,31	16,7	3,53	225,56	0,06	2,44	9,6	2,17	18,75	159,16	21,3	2,38	
Каша Артек вязкая с маслом	180/5	4,99	4,17	30,89	181,1	0,14		22,50	0,82	22,51	125,7	27,20	2,15	
Напиток тимонный (б/сах)	200	0,06	0,01	0,21	2,38		2,8	0,14	0,01	2,8	1,54	0,84	0,04	
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
Итого		25,44	26,90	59,23	581,20	0,4	35,28	444,74	5,65	108,54	385,78	87,26	6,48	130,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

