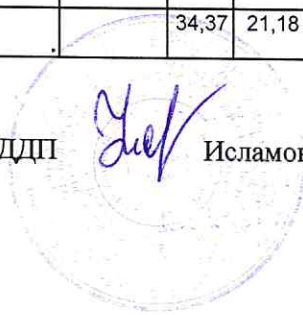


**Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)
22 января 2021 г.**

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	
Завтрак с 7 до 11 лет														
Тефтели из говядины	60	8,77	11,63	9,40	177,35	0,07	2,16	3	2,57	28,2	102,58	14,71	1,5	
Каша пшеничная вязкая с маслом	130/4	3,77	3,97	21,66	137,59	0,14		19,0	0,14	12,3	76,93	27,13	0,91	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,30	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,90	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
Итого		18,14	19,10	49,36	442,94	0,36	2,76	21,62	3,22	168,19	218,51	68,44	3,37	
Обед с 7 до 11 лет														
Салат из белокочанной капусты с яблоками (б/сах)	60	1,38	3,08	4,01	50,15	0,03	31,11	242,03	1,44	37,99	27,68	15,54	0,51	
Рассольник домашний (без картофеля) со сметаной	200/8	2,21	1,77	7	6,54	####	0,05			50,98		24,15	0,82	
Оладьи из печени по-кунцевски со сметанным соусом	60/30	13,24	11,93	13,77	216,10	0,20	18,61	#####	4,00	29,31	217,34	17,47	4,40	
Пюре гороховое	130/4	14,98	3,9	31,32	220,79	0,59		19,30	0,37	62,86	148,10	57,4	4,59	
Компот из свежих плодов (б/сах)	200	0,16	0,16	3,92	18,8	0,01	4	2	0,08	6,4	4,4	3,6	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		34,37	21,18	74,15	578,38	101,8	53,77	5065,1	6,40	196,24	436,52	130,8	7,51	120,00

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.




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

22 января 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	
Завтрак с 12 до 18 лет														
Тефтели из говядины	60	8,77	11,63	9,40	177,35	0,07	2,16	3	2,57	28,2	102,58	14,71	1,5	
Каша пшеничная вязкая с маслом	180/5	3,77	3,97	21,66	137,59	0,14		19,0	0,14	12,3	76,93	27,13	0,91	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,30	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,90	
Кисломолочный продукт	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
Итого		18,14	19,10	49,36	442,94	0,36	2,76	21,62	3,22	168,19	218,51	68,44	3,37	
Обед с 12 до 18 лет														
Салат из белокочанной капусты с яблоками (б/сах)	80	1,38	3,08	4,01	50,15	0,03	31,11	242,03	1,44	37,99	27,68	15,54	0,51	
Рассольник домашний (без картофеля) со сметаной	250/10	2,21	1,77	7	6,54	####	0,05			50,98		24,15	0,82	
Оладьи из печени по-кунцевски со сметанным соусом	60/30	13,24	11,93	13,77	216,10	0,20	18,61	#####	4,00	29,31	217,34	17,47	4,40	
Пюре гороховое	150/5	14,98	3,9	31,32	220,79	0,59		19,30	0,37	62,86	148,10	57,4	4,59	
Компот из свежих плодов (б/сах)	200	0,16	0,16	3,92	18,8	0,01	4	2	0,08	6,4	4,4	3,6	0,88	
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		34,37	21,18	74,15	578,38	101,8	53,77	5065,1	6,40	196,24	436,52	130,8	7,51	130,00

Начальник ОДП


 Исламова Н.А.