

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

**29 апреля 2021 г.**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		я	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	
<b>Завтрак с 7 -11 лет</b>														
Запеканка творожная (без муки и б/сах)	130	27,02	11,97	11,14	265,13	0,07	0,61	48,45	2,68	202,48	282,19	29,98	0,69	
Чай	200													
Хлеб ржано- пшеничный с маслом и сыром	30/10/10	5,11	10,21	13,93	167,1	0,12	0,07	68,8	0,65	111,1	102	18,1	0,99	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>32,61</b>	<b>22,66</b>	<b>36,83</b>	<b>488,63</b>	<b>0,23</b>	<b>12,68</b>	<b>123,25</b>	<b>3,57</b>	<b>332,8</b>	<b>397,4</b>	<b>58,88</b>	<b>4,32</b>	
<b>Обед с 7-11 лет</b>														
Борщ с капустой (без картофеля) со сметаной	250/5	1,8	4,86	8,15	84,42	0,04	19,37	316	1,97	46,03	49,22	23,87	1,11	
Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
Чай	200													
Хлеб ржано- пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		<b>18,20</b>	<b>20,92</b>	<b>48,90</b>	<b>455,94</b>	<b>0,38</b>	<b>21,06</b>	<b>382,82</b>	<b>4,98</b>	<b>93,8</b>	<b>294,39</b>	<b>117,65</b>	<b>5,8</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

**29 апреля 2021 г.**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энерге- тическая я	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12 -18 лет</b>														
<b>Запеканка творожная (без муки и б/сах)</b>	130	27,02	11,97	11,14	265,13	0,07	0,61	48,45	2,68	202,48	282,19	29,98	0,69	
<b>Чай</b>	200													
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Масло сливочное</b>	10	0,08	7,25	0,13	66,1			45	0,1	2,4	3		0,02	
<b>Сыр (порциями)</b>	10	2,63	2,66		35		0,07	23,8	0,04	100	60	5,5	0,07	
<b>Яблоко</b>	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		33,41	22,76	41,43	510,63	0,27	12,68	123,25	3,74	335,7	410,4	63,08	4,62	
<b>Обед с 12-18 лет</b>														
<b>Борщ с капустой (без картофеля) со сметаной</b>	250/5	1,8	4,86	8,15	84,42	0,04	19,37	316	1,97	46,03	49,22	23,87	1,11	
<b>Котлеты мясные с томатным соусом</b>	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
<b>Каша гречневая вязкая с маслом</b>	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,3	0,35	11,64	112,3	75,2	2,55	
<b>Чай</b>	200													
<b>Хлеб ржано- пшеничный</b>	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
<b>Итого</b>		18,84	21,81	51,77	477,95	0,40	21,06	387,42	5,03	95,4	308,59	127,68	6,2	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



**Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)**  
**30 апреля 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	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>														
Мясо тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)	35/35	10,47	12,37	1,06	157,34	0,04	1,05	140	1,8	14,19	111,94	16,11	1,64	
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	
<b>Итого</b>		19,84	19,84	41,02	422,93	0,33	1,65	158,98	2,45	154,20	227,87	69,84	3,55	
<b>Обед с 7 до 11 лет</b>														
Рассольник домашний (без картофеля) со сметаной	200/5	1,63	6,88	6,3	94,96	0,05	21,02	567,03	2,87	46,57	48,85	22,8	0,76	
Биточки из мяса птицы (филе)	60	9,62	8,95	6,85	145,91	0,08	1,09	21,19	0,82	30,78	92,12	12,35	0,89	
Пюре гороховое (растительное масло)	130/4	14,95	5,04	31,27	230,31	0,59		1,3	2,09	61,9	146,98	57,44	4,58	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	0,2	9,2	44	0,08			0,34	5,8	26	8,4	0,6	
<b>Итого</b>		27,80	21,07	53,62	515,18	0,8	22,11	589,5	6,12	145,05	313,95	101,0	6,83	<b>120,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

**30 апреля 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	
<b>Завтрак с 12 до 18 лет</b>														
Мясо тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)	35/35	10,47	12,37	1,06	157,34	0,04	1,05	140	1,8	14,19	111,94	16,11	1,64	
Каша пшеничная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16		23,6	0,16	14,3	88,88	31,30	1,05	
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	
<b>Итого</b>		20,42	20,73	44,36	446,64	0,35	1,65	163,63	2,47	156,16	239,82	74,01	3,69	
<b>Обед с 12 до 18 лет</b>														
Рассольник домашний (без картофеля) со сметаной	200/5	1,63	6,88	6,3	94,96	0,05	21,02	567,03	2,87	46,57	48,85	22,8	0,76	
Биточки из мяса птицы (филе)	60	9,62	8,95	6,85	145,91	0,08	1,09	21,19	0,82	30,78	92,12	12,35	0,89	
Пюре гороховое (растительное масло)	130/4	14,95	5,04	31,27	230,31	0,59		1,3	2,09	61,9	146,98	57,44	4,58	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	0,2	9,2	44	0,08			0,34	5,8	26	8,4	0,6	
<b>Итого</b>		27,80	21,07	53,62	515,18	0,8	22,11	589,5	6,12	145,05	313,95	101,0	6,83	130,00

Начальник ОДПУ  Исламова Н.А.

