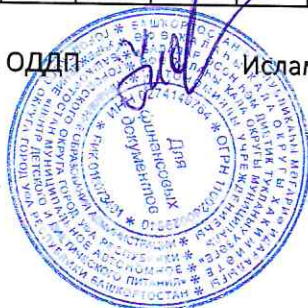


## Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

27 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 7-11 лет</b>														
Морковь отварная с растительным маслом	30	0,42	1,83	2,25	27,59	0,02	1,63	652	0,92	8,99	17,97	12,4	0,23	
Омлет натуральный	130	13,65	14,77	2,44	197,47	0,08	0,48	265,56	1,56	105,23	223,51	17,45	2,56	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	50	4	0,5	23	110	0,2			0,85	14,5	65	21	1,5	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	5	60									
<b>Итого</b>		<b>21,27</b>	<b>20,30</b>	<b>32,69</b>	<b>395,06</b>	<b>0,30</b>	<b>2,11</b>	<b>917,56</b>	<b>3,33</b>	<b>128,72</b>	<b>306,48</b>	<b>50,85</b>	<b>4,29</b>	
<b>Обед с 7-11 лет</b>														
Суп гороховый (сах.диабет)	250	9,28	4,67	22,08	168,16	0,36	4,2	600,74	2,12	56,76	115,86	48,18	3,07	
Рагу овощное с отварным мясом	200	16,21	19,13	15,14	298,56	0,15	27,72	672,42	3,73	45,23	206,62	49,44	3,11	
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>		<b>27,09</b>	<b>24,00</b>	<b>46,42</b>	<b>510,72</b>	<b>0,6</b>	<b>31,92</b>	<b>1273,16</b>	<b>6,19</b>	<b>107,79</b>	<b>348,48</b>	<b>106,02</b>	<b>6,78</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДП  Исламова Н.А.



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

27 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	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12-18 лет</b>														
Морковь отварная с растительным маслом	60	0,85	3,66	4,5	55,18	0,04	3,26	1304	1,84	17,97	35,93	24,8	0,46	
Омлет натуральный	130	13,65	17,37	2,44	220,84	0,08	0,48	265,56	2,71	105,23	223,56	17,45	2,56	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	50	4	0,5	23	110	0,2			0,85	14,5	65	21	1,5	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	5	60									
<b>Итого</b>		21,70	24,73	34,94	446,02	0,32	3,74	1569,56	5,40	137,70	324,49	63,25	4,52	
<b>Обед с 12-18 лет</b>														
Суп с гречневой крупой (без картофеля)	250	2,21	6,43	11	111,34	0,08	5,25	700,2	2,93	29,66	69,47	38,64	1,25	
Рагу овощное с отварным мясом	200	16,21	19,13	15,14	298,56	0,15	27,72	672,42	3,73	45,23	206,62	49,44	3,11	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		21,62	25,96	44,54	497,90	0,4	32,97	1372,62	7,34	86,49	328,09	104,88	5,56	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

