

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

**18 января 2020 г**

Прием пищи, наименование блюда	Выход, г	Белки , г	Жир ы, г	Углев оды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы, мг			Витамины, мг		Цена
						Ca	Mg	Fe	В <sub>1</sub>	С	
<b>Завтрак с 7-11 лет</b>											
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,13	3,97	18,61	126,54	10,04	65,15	2,21	0,14		
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	30/10/10	6,70	5,62	13,44	133,00	205,40	17,00	1,01	0,03	0,14	
Яблоки	120	0,50	0,50	11,80	26,40	19,00	10,80	2,60	0,04	0,07	
<b>Итого за прием</b>		<b>10,83</b>	<b>9,59</b>	<b>32,05</b>	<b>259,54</b>	<b>215,44</b>	<b>82,15</b>	<b>3,22</b>	<b>0,17</b>	<b>0,14</b>	
<b>Обед с 7-11 лет</b>											
Маринад овощной без томата	60	1,38	3,08	7,01	62,12	38,08	15,54	0,52	0,03	31,11	
Суп с мелкошинкованн ыми овощами со сметаной	250/5	1,76	4,25	7,89	77,69	34,03	20,01	0,67	0,05	19,98	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	40	9,56	8,94	2,29	127,88	17,06	14,26	1,43	0,04	0,33	
Каша Артек вязкая с маслом	150/5	2,73	3,22	19,45	117,79	14,56	11,75	0,55	0,03	0,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	12,96	48,80						
Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	63,00	5,40	6,00	0,87	0,02	0,00	
<b>Итого за прием</b>		<b>17,34</b>	<b>19,88</b>	<b>63,04</b>	<b>497,28</b>	<b>109,13</b>	<b>67,56</b>	<b>4,04</b>	<b>0,17</b>	<b>51,42</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДЦП

Исламова Н.А.



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

**18 января 2020 г**

Прием пищи, наименование блюда	Выход, г	Белки , г	Жир ы, г	Углев оды, г	ЭЦ, ккал	элементы, мг			Витамины, мг		Цена
						Ca	Mg	Fe	B <sub>1</sub>	C	
<b>Завтрак с 12-18 лет</b>											
Каша гречневая вязкая с маслом	180/5	4,13	3,97	18,61	126,54	10,04	65,15	2,21	0,14		
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	30/15/10	6,70	5,62	13,44	133,00	205,40	17,00	1,01	0,03	0,14	
Яблоки	120	0,50	0,50	11,80	26,40	19,00	10,80	2,60	0,04	0,07	
<b>Итого за прием</b>		<b>10,83</b>	<b>9,59</b>	<b>32,05</b>	<b>259,54</b>	<b>215,44</b>	<b>82,15</b>	<b>3,22</b>	<b>0,17</b>	<b>0,14</b>	
<b>Обед с 12-18 лет</b>											
Маринад овощной без томата	60	1,38	3,08	7,01	62,12	38,08	15,54	0,52	0,03	31,11	
Суп с мелкошинкованн ыми овощами со сметаной	250/5	1,76	4,25	7,89	77,69	34,03	20,01	0,67	0,05	19,98	
Мясо птицы, припущенное в томатном соусе	50	12,83	11,54	0,89	157,93	14,98	15,18	0,97	0,07	1,96	
Каша Артек вязкая с маслом	150/5	2,73	3,22	19,45	117,79	14,56	11,75	0,55	0,03	0,00	
Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,09	12,96	48,80						
Хлеб ржаной	30	1,47	0,30	13,44	63,00	5,40	6,00	0,87	0,02	0,00	
<b>Итого за прием</b>		<b>19,23</b>	<b>19,40</b>	<b>54,63</b>	<b>465,21</b>	<b>68,97</b>	<b>52,94</b>	<b>3,06</b>	<b>0,17</b>	<b>21,94</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

