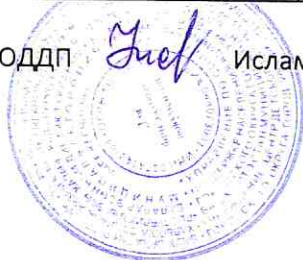


## Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

02 марта 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>														
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	
Горошек зеленый консервированный	20	0,62	0,04	1,3	8	0,02	2	10	0,04	4	12,4	4,2	0,14	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	50	4	0,5	23	110	0,2			0,85	14,5	65	21	1,5	
Кисломолочный продукт	100													
Итого		18,27	15,31	26,74	315,47	0,30	2,48	275,56	2,45	123,73	300,91	42,65	4,20	
<b>Обед с 7-11 лет</b>														
Салат из зеленого горошка с консервированными огурцами	60	1,45	1,9	3,24	36,13	0,05	5,24	21,44	0,90	12,78	31,32	11,26	0,41	
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	160	12,96	15,24	12,02	237,8	0,12	22,09	536,95	2,95	35,72	165,15	39,44	2,48	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,4	0,3	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,9	
Итого		19,02	23,87	40,06	451,27	0,4	32,58	1258,59	7,29	86,86	304,94	101,94	5,04	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

**02 марта 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 12-18 лет</b>														
Омлет натуральный	150	15,76	17,02	2,82	227,67	0,10	0,56	306,62	1,79	121,71	258,12	20,16	2,96	
Горошек зеленый консервированный	20	0,62	0,04	1,3	8	0,02	2	10	0,04	4	12,4	4,2	0,14	
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													
<b>Итого</b>		19,58	17,46	22,52	323,67	0,28	2,56	316,62	2,51	137,31	322,52	41,16	4,30	
<b>Обед с 12-18 лет</b>														
Салат из зеленого горошка с консервированными огурцами	80	1,94	2,54	4,31	48,17	0,07	6,98			17,04		15,01	0,54	
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	180	14,56	17,12	13,54	267,29	0,13	24,87	604,68	3,32	40,43	185,61	44,39	2,79	
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>		21,11	26,39	42,65	492,80	0,4	37,10	1304,88	6,76	95,83	294,08	110,64	5,48	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.

