

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

**28 апреля 2021 г.**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 7 -11 лет</b>														
Биточки мясные паровые	60	9,51	10,03	6,56	154,37	0,07	0,17	2,9	1,4	24,2	102,42	13,26	1,5	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	130/4	6,01	4,62	34,63	204,28	0,22		19,56	0,2	17,58	122,36	43,31	1,43	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	0,2	9,2	44	0,08			0,34	5,8	26	8,4	0,6	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2	
<b>Итого</b>		<b>17,52</b>	<b>15,25</b>	<b>60,19</b>	<b>449,65</b>	<b>0,40</b>	<b>10,17</b>	<b>27,46</b>	<b>2,14</b>	<b>63,6</b>	<b>261,8</b>	<b>73,97</b>	<b>5,73</b>	
<b>Обед с 7-11 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	
Рыба, тушенная с овощами	45/45	9,15	5,03	1,96	90,15	0,08	1,99	401,53	2,24	32,68	147,88	39,13	0,66	
Картофель отварной с маслом	130/4	2,81	3,45	22,66	133,24	0,17	27,74	22,16	0,18	17,41	81,65	32,06	1,28	
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>16,57</b>	<b>15,21</b>	<b>49,42</b>	<b>400,73</b>	<b>0,45</b>	<b>34,98</b>	<b>1123,89</b>	<b>5,86</b>	<b>88,5</b>	<b>338,00</b>	<b>122,43</b>	<b>4,1</b>	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



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

**28 апреля 2021 г.**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 12 -18 лет</b>														
Биточки мясные паровые	60	9,51	10,03	6,56	154,37	0,07	0,17	2,9	1,4	24,2	102,42	13,26	1,5	
Каша пшеничная рассыпчатая с маслом	130/4	6,01	4,62	34,63	204,28	0,22		19,56	0,2	17,58	122,36	43,31	1,43	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	20	1,6	0,2	9,2	44	0,08			0,34	5,8	26	8,4	0,6	
Яблоко	100	0,4	0,4	9,8	47	0,03	10	5	0,2	16	11	9	2,2	
<b>Итого</b>		<b>17,52</b>	<b>15,25</b>	<b>60,19</b>	<b>449,65</b>	<b>0,40</b>	<b>10,17</b>	<b>27,46</b>	<b>2,14</b>	<b>63,6</b>	<b>261,8</b>	<b>73,97</b>	<b>5,73</b>	
<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	
Рыба, тушеная с овощами	45/45	9,15	5,03	1,96	90,15	0,08	1,99	401,53	2,24	32,68	147,88	39,13	0,66	
Картофель отварной с маслом	130/4	2,81	3,45	22,66	133,24	0,17	27,74	22,16	0,18	17,41	81,65	32,06	1,28	
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>16,57</b>	<b>15,21</b>	<b>49,42</b>	<b>400,73</b>	<b>0,45</b>	<b>34,98</b>	<b>1123,89</b>	<b>5,86</b>	<b>88,5</b>	<b>338,00</b>	<b>122,43</b>	<b>4,1</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

