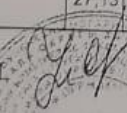


Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

21 мая 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	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>														
Чай отварное	40	12,05	10,37		141,26	0,04			0,26	9,51	121,82	14,48	1,78	
Хлеб пшеничный с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16		23,63	0,16	14,27	88,88	31,3	1,05	
Чай	200													
Хлеб ржановеничный	25	2	0,25	11,5	55	0,1			0,43	7,25	32,5	10,5	0,75	
Сладкое из молока	100	3,2	3,2	5	60									
<b>того</b>		21,60	18,68	41,50	417,56	0,30	0,00	23,63	0,85	31,03	243,20	56,28	3,58	
<b>Обед с 7 до 11 лет</b>														
Чай гороховый	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	
Хлеб грудки варное	50	11,84	10,15	0,58	140,24	0,06	1,66	25,2	0,2	13	103,12	12,71	0,87	
Суп из овощей	160	2,81	6,77	17,58	143,64	0,12	31,56	433,73	3,1	38,3	71,78	33,4	1,23	
Чай	200													
Хлеб ржановеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>того</b>		27,13	21,99	58,64	540,04	0,7	37,42	1059,7	6,10	119,66	342,76	111,1	6,37	120,00

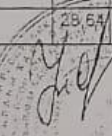
Начальник ОДЦ:  Исламова Н.А.



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

21 мая 2021 г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	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>														
Кисель отварной	45	13,56	11,66		158,92	0,04			0,29	10,24	137,05	16,26	2,00	
Пшенная каша с маслом	150/5	4,35	4,96	25	161,3	0,16		23,6	0,16	14,27	88,88	31,30	1,05	
Чай	200													
Хлеб ржановеничный	25	2	0,25	11,5	55	0,1			0,43	7,25	32,5	10,5	0,75	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	5	60									
<b>Итого</b>		19,91	16,77	36,50	375,22	0,30	0,00	23,63	0,88	31,76	258,43	58,06	3,80	
<b>Обед с 12 до 18 лет</b>														
Суп гороховый	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	
Пюре грудки вареное	55	13	11,15	0,64	154,04	0,06	1,82			14		13,96	0,96	
Салат из овощей	180	3,16	7,62	19,79	161,65	0,14	35,50	489,91	3,5	42,5	60,78	37,6	1,38	
Чай	200													
Хлеб ржановеничный	40	3,2	0,4	18,4	88	0,16			0,68	11,6	52	16,8	1,2	
<b>Итого</b>		28,64	23,84	60,91	571,85	0,7	41,52	1090,7	6,28	125,23	248,64	116,5	6,61	130,00

Начальник ОДП  Исламова Н.А.

