

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

**04 марта 2021 г.**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		я	В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	
<b>Завтрак с 7 -11 лет</b>														
Запеканка творожная (без муки и б/сах)	130	27,02	11,97	11,14	265,13	0,07	0,61	48,45	2,68	202,48	282,19	29,98	0,69	
Чай	200													
Хлеб ржано- пшеничный с маслом и сыром	30/10/10	5,11	10,21	13,93	167,1	0,12	0,07	68,8	0,65	111,1	102	18,1	0,99	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		32,13	22,18	25,07	432,23	0,19	0,68	117,25	3,33	313,6	384,2	48,08	1,68	
<b>Обед с 7-11 лет</b>														
Маринад овошной	60	0,94	6,08	5,31	80,44	0,04	3,3	960,0	2,88	18,28	33,29	19,92	0,45	
Борщ с капустой (без картофеля) со сметаной	200/8	1,55	4,49	6,66	74,02	0,03	15,51			40,34		19,46	0,9	
Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Каша гречневая вязкая с маслом	130/4	4,13	3,97	18,61	126,54	0,14		18,65	0,3	10,04	98,05	65,15	2,21	
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>		18,89	26,63	52,72	525,98	0,41	20,50	1026,82	5,89	106,4	278,46	133,16	6,1	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП  Исламова Н.А.



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

**04 марта 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 12 -18 лет</b>														
Запеканка творожная (без муки и б/сах)	150	27,02	11,97	11,14	265,13	0,07	0,61	48,45	2,68	202,48	282,19	29,98	0,69	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный с маслом и сыром	30/10/10	5,11	10,21	13,93	167,1	0,12	0,07	68,8	0,65	111,1	102	18,1	0,99	
Яблоко	120	0,48	0,48	11,76	56,4	0,04	12	6	0,24	19,2	13,2	10,8	2,64	
<b>Итого</b>		<b>32,13</b>	<b>22,18</b>	<b>25,07</b>	<b>432,23</b>	<b>0,19</b>	<b>0,68</b>	<b>117,25</b>	<b>3,33</b>	<b>313,6</b>	<b>384,2</b>	<b>48,08</b>	<b>1,68</b>	
<b>Обед с 12-18 лет</b>														
Маринад овощной	60	0,94	6,08	5,31	80,44	0,04	3,3	960,0	2,88	18,28	33,29	19,92	0,45	
Борщ с капустой (без картофеля) со сметаной	250/10	1,93	5,61	8,33	92,52	0,03	15,51			40,34		19,46	0,9	
Котлеты мясные с томатным соусом	60/30	9,87	11,79	8,34	178,98	0,08	1,69	48,17	2,2	29,01	108,12	16,03	1,62	
Каша гречневая вязкая с маслом	150/5	4,77	4,86	21,48	148,55	0,16		23,3	0,35	11,64	112,3	75,2	2,55	
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>19,91</b>	<b>28,64</b>	<b>57,26</b>	<b>566,49</b>	<b>0,43</b>	<b>20,50</b>	<b>1031,42</b>	<b>5,94</b>	<b>108,0</b>	<b>292,66</b>	<b>143,19</b>	<b>6,4</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.

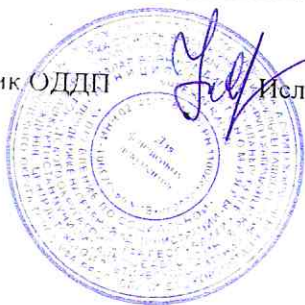


**Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)**  
**05 марта 2021 г.**

Прием пищи наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				Цена
		Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Ca	P	Mg	Fe	
<b>Завтрак с 7 до 11 лет</b>														
Мисо тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)	35/35	10,47	12,37	1,06	157,34	0,04	1,05	140	1,8	14,19	111,94	16,11	1,64	
Каша пшеничная вязкая с маслом	130/4	3,77	3,97	21,66	137,59	0,14		19,0	0,14	12,3	76,93	27,13	0,91	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,30	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,90	
Кисломолочный продукт	100	3,2	3,2	4,5	62	0,03	0,6			119		14	0,1	
<b>Итого</b>		19,84	19,84	41,02	422,93	0,33	1,65	158,98	2,45	154,20	227,87	69,84	3,55	
<b>Обед с 7 до 11 лет</b>														
Рассольник домашний (без картофеля) со сметаной	250/5	2,08	6,92	8	104,44	0,06	26,75			59,32		29,73	1,01	
Оладьи из печени по-купецки со сметанным	45/45	10,24	9,86	11,63	176,82	0,16	13,98	3607,32	3,06	28,83	167,77	13,96	3,34	
Нюре гороховое	130/4	14,98	3,94	31,32	220,79	0,59		19,3	0,37	62,86	148,1	57,44	4,59	
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>		29,70	21,02	64,75	568,05	0,9	40,73	3626,6	3,94	159,71	354,87	113,7	9,84	<b>120,00</b>

Начальник ОДДП

Исламова Н.А.



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

**05 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 до 18 лет</b>														
Мясо тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)	40/40	11,97	14,13	1,21	179,82	0,05	1,20	160	2,1	16,22	127,94	18,42	1,87	
Каша пшеничная вязкая с маслом	150/5	4,35	4,86	25	161,3	0,16		23,6	0,16	14,3	88,88	31,30	1,05	
Чай	200													
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,40	0,30	13,8	66	0,12			0,51	8,7	39	12,6	0,90	
Кисломолочный продукт	100	3,20	3,20	4,50	62,00	0,03	0,60			119,00		14,00	0,10	
<b>Итого</b>		<b>21,92</b>	<b>22,49</b>	<b>44,51</b>	<b>469,12</b>	<b>0,36</b>	<b>1,80</b>	<b>183,63</b>	<b>2,73</b>	<b>158,19</b>	<b>255,82</b>	<b>76,32</b>	<b>3,92</b>	
<b>Обед с 12 до 18 лет</b>														
Рассольник домашний (без картофеля) со сметаной	250/5	2,08	6,92	8	104,44	0,06	26,75			59,32		29,73	1,01	
Оладьи из печени по-кушневски со сметанным соусом	50/50	11,4	10,91	13,02	196,5	0,18	15,53	4008,19	3,38	32,10	186,55	15,53	3,71	
Пюре гороховое	150/5	14,98	3,9	31,32	220,79	0,59		19,30	0,37	62,86	148,10	57,4	4,59	
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>30,86</b>	<b>22,07</b>	<b>66,14</b>	<b>587,73</b>	<b>1,0</b>	<b>42,28</b>	<b>4027,5</b>	<b>4,26</b>	<b>162,98</b>	<b>373,65</b>	<b>115,3</b>	<b>5,62</b>	<b>130,00</b>

Начальник ОДП



Исламова Н.А.