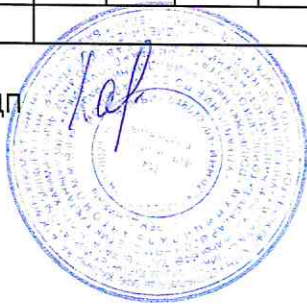


Меню для учащихся образовательных учреждений с оздоровительной направленностью (для детей с сахарным диабетом)

16 сентября 2020 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	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак-Сахарный Диабет с 12-18 лет														
Сырники из творога (б/сах)	110	22,75	8,81	12,99	226,16	0,07	0,5	41,25	1,79	170,06	236,5	25,65	0,68	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной с маслом	30/10	1,55	7,55	13,57	129,1	0,03				7,8		6	0,89	
Яблоки	1 шт.	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого за Завтрак-Сахарный Диабет		24,9	16,96	41,26	425,76	0,15	15,5	48,75	2,09	201,86	253	45,15	4,87	
Обед-Сахарный Диабет с 12-18 лет														
Салат из белокачанной капусты с яблоками	80	1,56	4,17	6,01	69,26	0,03	39,10			45,82		15,28	1,00	
Суп из овощей (без картофеля) со сметаной	250/10	1,89	6,63	6,64	94,92	0,05	21,36	549,8	2,39	47,18	37,22	22,56	0,73	
Рыба, тушеная в томате с овощами без сахара	70/35	14,1	4,9	2,05	109,39	0,11	3,02			44,57		55,61	0,93	
Каша пшенная вязкая 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 (б/сах)	200													
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за Обед-Сахарный Диабет		22,36	16,79	49,03	440,61	0,38	36,88	639,93	2,9	118,42	139,1	125,47	4,03	
Итого за день		47,26	33,75	90,29	866,37	0,53	52,38	688,68	4,99	320,28	392,1	170,62	8,9	
Итого за прием														130,00

Начальник ОДДП



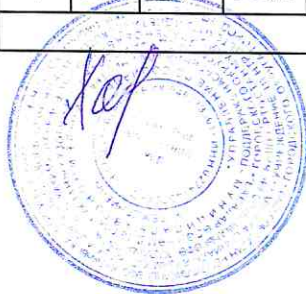
Исламова Н.А

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

16 сентября 2020 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	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	
Завтрак-Сахарный Диабет с 7-11 лет														
Сырники из творога (б/сах)	110	22,75	8,81	12,99	226,16	0,07	0,5	41,25	1,79	170,06	236,5	25,65	0,68	
Чай (б/сах)	200													
Хлеб ржаной с маслом	30/10	1,55	7,55	13,57	129,1	0,03				7,8		6	0,89	
Яблоки	1 шт.	0,6	0,6	14,7	70,5	0,05	15	7,5	0,3	24	16,5	13,5	3,3	
Итого за Завтрак-Сахарный Диабет		24,9	16,96	41,26	425,76	0,15	15,5	48,75	2,09	201,86	253	45,15	4,87	
Обед-Сахарный Диабет с 7-11 лет														
Салат из белокочанной капусты с яблоками	60	1,17	3,1	4,5	52	0,02	29,3	2,7	1,41	34,37	20,94	11,46	0,75	
Суп из овощей (без картофеля) со сметаной	250/10	1,89	6,63	6,64	94,92	0,05	21,36	549,8	2,39	47,18	37,22	22,56	0,73	
Рыба, тушеная в томате с овощами без сахара	70/35	14,1	4,9	2,05	109,39	0,11	3,02			44,57		55,61	0,93	
Каша пшенная вязкая 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 (б/сах)	200													
Хлеб ржаной	30	1,47	0,3	13,44	63	0,03				5,4		6	0,87	
Итого за Обед-Сахарный Диабет		22,36	16,79	49,03	440,61	0,38	36,88	639,93	2,9	118,42	139,1	125,47	4,03	
Итого за день		47,26	33,75	90,29	866,37	0,53	52,38	688,68	4,99	320,28	392,1	170,62	8,9	
Итого за прием														120,00

Начальник ОДДП



Исламова Н.А