

Утверждаю  
 Директор МБОУ СОШ с.Бошняково им.  
 Дорошенкова П.И.



Смоляр М.А.

## Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

для детей с сахарным диабетом

День: **третий**

### Возрастная категория с 7 до 18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценность (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества			
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe
<b>Завтрак</b>														
54-10к	Каша молочная овсяная с изюмом	200	8,80	12,8	40,1	310,9	0,22	0,52	52,74	0	145	244	66	2,1
54-13гн	Чай с ягодой и медом	200	0,4	0,6	8	39,1	0	9,64	18,3	0	7,91	9,69	7,22	0,93
пром.	Яблоко	130	0,5	0,5	12,7	57,7	0	0	0	0	0	0	0	0
пром.	Хлеб в ассортименте	30	2	0,4	11,9	58,7	0	0	0	0	0	0	0	0
		570	11,70	14,3	72,7	466,4	0,49	22,15	0	31	229,21	136,94	73,5	11,87
<b>Обед</b>														
54-16з	Винегрет с растительным маслом	80	0,9	7,2	5,3	89,5	0,02	3,01	97,2	0	16	29	13	0,6
54-5с	Суп с фрикадельками мясными	200	8,6	4,3	13,9	129	0,45	37,3	512	0	87	460	129	6,93
54-18г	Макароны отварные	150	3,5	5,1	34,3	197	0,15	0	10,3	0	5	11	3	0,3
54-6м	Биточки из говядины	75	13,7	13,6	12,3	225,4	0,05	0,09	23,1	0	29	137	20	1,9
54-3	Соус красный основной	50	1,6	1,4	4,4	36,5	0,02	2,68	131,8	0	9	23,6	12,2	0,5
54-14хн	Компот из груш	30	0,4	0,1	9,3	39,6	0,01	24	3,06	0	11	10	8	0,4
пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	0	0	0	0	0	0	0	0
		815	32,7	32,40	103,30	834,4	0,7	67,08	777,5	0	157	670,6	185,2	10,63
	<b>ИТОГО</b>		44,40	46,70	176,00	1300,8	1,19	89,23	777,5	31	386,21	807,54	258,7	22,5

Зав. столовой

*Н.А. Белых*

Белых Н.А.