

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

Смоляр
 Смоляр М.А.

Меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

для детей с сахарным диабетом

День: **девятый**

Возрастная категория: с 7 до 18 лет

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции (г)	Пищевые вещества (г)			Энерг. Ценност ь (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества				
			Б	Ж	У		В1	С	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
54-20з	Горошек зеленый	40	1,2	0,1	2,4	14,8	0,01	0,77	0,5	0	151,23	14,3	4,5	1,98	
54-1о	Омлет натуральный	150	12,7	19,3	3,1	237,3	0,07	0,3	196,7	0	107	202	17	2,1	
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0,2	0,1	6,6	27,9	0	0	0	0	0,21	0	0	0,02	
пром.	Банан	130	2	0	29,1	124,3	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	
		550	18,1	19,9	53,3	464,3	0,08	1,07	196,12	0	258,44	216,3	21,5	4,1	
Обед															
54-11з	Салат из моркови с яблоками	80	0,7	8,1	5,7	99	0,04	4,84	977,2	0	18	30	21	0,9	
54-8с	Суп картофельный с горохом	200	6,7	4,6	16,3	133,1	0,73	23,8	486	0	135	402	145	7,38	
54-6гн	Рис отварной	150	3,6	5,4	36,4	208,7	0,03	0	26,6	0	6	72	24	0,5	
54-11р	Рыба тушеная в томате с овощами	80	11,1	5,9	5	117,8	0,06	1,91	221,2	0	31	146	39	0,7	
54-22хн	Кисель из вишни	200	0,2	0	12,9	52,9	0,01	1,4	2,45	0	10	10	5,43	0,12	
пром.	Хлеб в ассортименте	60	4	0,7	23,8	117,4	0	0	0	0	0	0	0	0	
		770	26,3	24,7	100,1	728,9	0,87	31,95	1713,5	0	200	660	234,43	9,6	
	ИТОГО		44,4	44,6	153,4	1193,2	0,95	33,02	1909,6	0	458,44	876,3	255,93	13,7	

Зав. столовой

Н.А. Белых

Белых Н.А.