


УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ СОШ с.Бошняково им.  
Дорошенкова П.И.
  
 Смоляр М.А.



## Меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Для детей с сахарным диабетом

День: первый

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> |                                |                  |                      |      |       |                        |               |        |        |   |                      |     |       |       |
| Пром.          | Хлеб в ассортименте            | 30               | 2                    | 0,4  | 11,9  | 58,7                   | 0             | 0      | 0      | 0 | 0                    | 0   | 0     | 0     |
| 54-1з          | Сыр твердых сортов в нарезке   | 15               | 3,5                  | 4,4  | 0     | 53,7                   | 0,01          | 0      | 78     | 0 | 300                  | 163 | 14    | 0     |
| 54-7к          | Каша молочная кукурузная.      | 210              | 7,3                  | 10,7 | 44,2  | 302,3                  | 0,08          | 1,12   | 63,7   | 0 | 121                  | 136 | 29    | 1,5   |
| 54-3гн         | Чайс лимоном и сахаром         | 200              | 0,2                  | 0,1  | 6,6   | 27,9                   | 0             | 0      | 0      | 0 | 0,21                 | 0   | 0     | 0,02  |
| пром.          | Апельсин                       | 70               | 0,6                  | 0,1  | 5,3   | 24,5                   | 0             | 0      | 0      | 0 | 0                    | 0   | 0     | 0     |
|                |                                | 525              | 13,6                 | 15,7 | 68    | 467,1                  | 0,09          | 1,12   | 141,7  | 0 | 421,21               | 299 | 43    | 1,52  |
| <b>Обед</b>    |                                |                  |                      |      |       |                        |               |        |        |   |                      |     |       |       |
| 54-4з          | Овощи свежие, в нарезке        | 80               | 1                    | 0,1  | 3,9   | 20,6                   | 0,06          | 150    | 0      | 0 | 5                    | 10  | 7     | 0     |
| 54-3с          | Рассольник ленинградский       | 200              | 4,7                  | 6,2  | 13,6  | 129,4                  | 0,32          | 27,7   | 536    | 0 | 105                  | 257 | 98    | 3,55  |
| 54-11г         | Картофельное пюре              | 150              | 3,1                  | 6,1  | 19,8  | 145,8                  | 0,12          | 10,2   | 32,1   | 0 | 39                   | 84  | 28    | 1     |
| 54-18м         | Печень говяжья по-строгановски | 80               | 13,4                 | 14   | 5,3   | 200,5                  | 0,17          | 9,9    | 3,791  | 0 | 31                   | 221 | 14    | 4,6   |
| 54-2хн         | Компот из кураги               | 200              | 1                    | 0,1  | 15,6  | 66,9                   | 0,01          | 0,4    | 0      | 0 | 59,3                 | 54  | 38,9  | 4,5   |
| пром.          | Хлеб в ассортименте            | 60               | 4                    | 0,7  | 23,8  | 117,4                  | 0             | 0      | 0      | 0 | 0                    | 0,0 | 0,0   | 0     |
|                |                                | 770              | 27,2                 | 27,2 | 82,00 | 680,60                 | 0,68          | 198,2  | 571,89 | 0 | 239,3                | 626 | 185,9 | 13,65 |
|                | <b>ИТОГО</b>                   |                  | 40,8                 | 42,9 | 150   | 1147,7                 | 0,77          | 199,32 | 713,59 | 0 | 660,51               | 925 | 228,9 | 15,17 |

Зав. столовой



Белых Н.А.