

День: понедельник

1. Меню питания школьников 1-4 кл. с целиакней



Утверждаю
 Директор ГБОУ «Гимназия
 Назрановского района»
 Добриева З.И.

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	Витамины							
		белки, г	жиры, г	углев., г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг
завтрак													
Каша пшеничная жидкая молочная	200	7,43	4,47	36,9	258,0	0,21	1,17	0,028	1,8	13,6	181,37	47,6	1,24
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17,4	86	0,02	3,6	0,01	0	67,8	54,7	12,2	0,9
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0	0,04	0,11	2,4	3,0	0	0,02
Сыр российский	30	6,96	8,85	0	108	0,01	0,21	3,008	0,11	264	150,00	10,5	0,3
Фрукты в ассортименте	100	1,5	05	21	96	0,04	10,0	0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6

День: вторник

1. Меню питания школьников 1-4 кл. с целиакией



Утверждаю
 Директор ГБОУ «Гимназия
 Назрановского района»
 Добриева З.И.
 «Минеральные вещества 2018»

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	Витамины							
		белки, г	жиры, г	углев., г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
завтрак													
Запеканка рисовая	160	3,46	9,9	33,7	222,86	0,2	0,02	0,041	1,22	21,97	48,14	21	0,64
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	0	0	0,105	0,24	22	77,2	5	1
Безглютеновое печенье	50	4,5	4,1	39	220	0,04	0	0	0,04	25	26,1	6,88	0,1



Утверждаю
 Директор ГБОУ «Гимназия
 Назрановского района»
 Добриева З.И.

«1» Минеральные вещества 20/11.

День: среда

1. Меню питания школьников 1-4 кл. с целиакией

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	Витамины							
		белки, г	жиры, г	углев., г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
завтрак													
Запеканка пшеничная из тыквы	160	3,46	9,9	33,7	222,86	0,2	0,02	0,041	1,22	21,97	48,14	21	0,64
Молоко стуженное с сахаром 8,5%жирности	200	0,07	0,02	15,0	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
Чай с сахаром и лимоном	40	5,1	4,6	0,3	63	0	0	0,105	0,24	22	77,2	5	1
Масло сливочное	50	4,5	4,1	39	220	0,04	0	0	0,04	25	26,1	6,88	0,1
Фрукты в ассортименте (поштучно)	100	0,4	0,4	9,6	47	0,03	10	0	0,2	16	11	9	2,2

День: четверг

1. Меню питания школьников 1-4 кл. с целиакией



Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
		белки, г	жиры, г	углев., г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
завтрак													
Омлет натуральный	150	12,93	19,06	2,94	289,6	0,15	0,26	0,3	0,75	103,08	225,75	16,18	0,75
Чай с сахаром	200	0,07	0,02	15,0	60	0	0,03	0	0	11,1	2,8	1,4	0,28
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
Бобовые отварные (зеленый горошек консервированный/кукуруза консервированная)	80	4,31	2,18	4,64	47,3	0	8	0,011	1,8	19,14	48,96	16	0,64

День: пятница

1. Меню питания школьников 1-4 кл. с целиакией



Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	Витамины				Минеральные вещества			
		белки, г	жиры, г	углев., г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
завтрак													
Макаронные изделия безглютеновые отварны	150	5,46	5,78	30,45	195,7	0,04	0	0	0,8	11,1	37,2	5,7	0,57
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17,4	86	0,02	3,6	0,01	0	67,8	54,7	12,2	0,9
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
Биточки из говядины с соусом сметанным	80	8,27	9,02	8,79	131	0,04	0,18	0,013	1,8	28,56	79,71	25,47	1,45
Булочка безглютеновая	50	2,95	3,8	29	161,9	0,06	0,08	0,09	0,55	24,63	46,18	7,02	0,5