

День: понедельник

Меню питания школьников 1-4 кл. с заболеванием сахарный диабет



Утверждаю  
 Директор ГБОУ «Гимназия  
 Назрановского района»  
 Добриева З.И.  
 « 29 » 2013 г.

| 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 |
| <b>завтрак</b>                            |                 |                  |         |           |                       |          |       |       |       |                      |        |        |        |
| Каша жидкая молочная из гречневой крупы с | 210             | 9,09             | 11,2    | 35,18     | 269,88                | 0,41     | 1,04  | 0,02  | 0,27  | 133,75               | 229,43 | 107,12 | 3,23   |
| Какао с молоком без сахара                | 200             | 4,08             | 3,54    | 1,6       | 55                    | 0,06     | 1,59  | 0,02  | 152   | 124,56               | 21,34  | 0,48   | 0,9    |
| Хлеб пшеничный                            | 30              | 2,37             | 0,3     | 14,49     | 70,14                 | 0,03     | 0     | 0     | 0,39  | 6,9                  | 9,9    | 26,1   | 0,33   |
| Сыр российский                            | 25              | 6,96             | 8,85    | 0         | 108                   | 0,01     | 0,21  | 0,01  | 0,15  | 264                  | 10,5   | 150    | 0,3    |
| Фрукты в ассортименте                     | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80      | 48,40                 | 0,05     | 10,00 | 0,00  | 0,20  | 16,00                | 11,00  | 9,00   | 2,20   |

День: вторник

Меню питания школьников 1-4 кл. с заболеванием сахарный диабет



Утверждаю  
 Директор ГБОУ «Гимназия  
 Назрановского района»  
 Добриева З.И.  
 2011 г.

| 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 |
| <b>завтрак</b>                                   |                 |                  |         |           |                       |          |       |       |       |                      |        |        |        |
| Каша жидкая молочная из гречневой крупы с маслом | 210             | 9,09             | 11,2    | 35,18     | 269,88                | 0,41     | 1,04  | 0,02  | 0,27  | 133,75               | 229,43 | 107,12 | 3,23   |
| Какао с молоком без сахара                       | 200             | 4,08             | 3,54    | 1,6       | 55                    | 0,06     | 1,59  | 0,02  | 152   | 124,56               | 21,34  | 0,48   | 0,9    |
| Хлеб пшеничный                                   | 30              | 2,37             | 0,3     | 14,49     | 70,14                 | 0,03     | 0     | 0     | 0,39  | 6,9                  | 9,9    | 26,1   | 0,33   |
| Сыр российский                                   | 25              | 6,96             | 8,85    | 0         | 108                   | 0,01     | 0,21  | 0,01  | 0,15  | 264                  | 10,5   | 150    | 0,3    |
| Фрукты в ассортименте                            | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80      | 48,40                 | 0,05     | 10,00 | 0,00  | 0,20  | 16,00                | 11,00  | 9,00   | 2,20   |



День: среда

Меню питания школьников 1-4 кл. с заболеванием сахарный диабет



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

| Наименование блюда       | масса порции, г | Пищевые вещества |         |           | энерг. ценность, ккал | Витамины |       |       |       |        |        |        |        |
|--------------------------|-----------------|------------------|---------|-----------|-----------------------|----------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|
|                          |                 | белки, г         | жиры, г | углев., г |                       | B1, мг   | C, мг | A, мг | E, мг | Ca, мг | P, мг  | Mg, мг | Fe, мг |
| <b>завтрак</b>           |                 |                  |         |           |                       |          |       |       |       |        |        |        |        |
| Запеканка из творога     | 160             | 14,58            | 14      | 23,1      | 296                   | 0,08     | 0,62  | 0,086 | 0,5   | 122,42 | 108,22 | 31     | 0,88   |
| Кефир 3,2% жирности      | 125             | 3,63             | 4       | 5,0       | 74                    | 0,04     | 0,88  | 0,025 | 0     | 150    | 118,75 | 17,5   | 0,13   |
| Хлеб пшеничный           | 30              | 2,37             | 0,3     | 14,49     | 70,14                 | 0,03     | 0     | 0     | 0,39  | 6,9    | 9,9    | 26,1   | 0,33   |
| Чай с ксилитом и лимоном | 200             | 0,3              | 0,1     | 15        | 59                    | 0        | 2,9   | 0     | 0,01  | 8      | 5,2    | 9,7    | 0,9    |
| Фрукты в ассортименте    | 100             | 0,40             | 0,40    | 9,80      | 48,40                 | 0,05     | 10,00 | 0,00  | 0,20  | 16,00  | 11,00  | 9,00   | 2,20   |

День: четверг

Меню питания школьников 1-4 кл. с заболеванием сахарный диабет



УТВЕРЖЕНО  
 Директор  
 Назра  
 [Signature]  
 «Минеральные вещества»

| 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 |
| <b>завтрак</b>  |                 |                  |         |           |                       |          |       |       |       |        |        |        |        |
| Оладьи из говяжьей печени со сливочным маслом                                 | 80              | 13,59            | 16,41   | 5,56      | 224,23                | 0,8      | 1,41  | 0,44  | 1,21  | 137,62 | 314,52 | 37,93  | 3,8    |
| Бобовые отварные (зеленый горошек консервированный/кукуруза консервированная) | 150             | 14               | 5,1     | 29,4      | 220                   | 0,04     | 7,68  | 0,011 | 2     | 19,14  | 48,96  | 16,13  | 0,64   |
| Хлеб пшеничный  | 30              | 2,37             | 0,3     | 14,49     | 70,14                 | 0,03     | 0     | 0     | 0,39  | 6,9    | 9,9    | 26,1   | 0,33   |
| Чай с ксилитом  | 200             | 0,07             | 0,02    | 15        | 60                    | 0        | 0,03  | 0     | 0     | 11     | 2,8    | 1,4    | 0,28   |



Утверждаю  
Директор ГБОУ «Гимназия  
Назрановского района»  
Добровольский

День: пятница

Меню питания школьников 1-4 кл. с заболеванием сахарный диабет

| 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 |
| <b>завтрак</b>                         |                 |                  |         |           |                       |          |       |       |       |                      |        |        |        |
| Овощи, припущенные (морковь)           | 150             | 4,82             | 5,43    | 30,9      | 191,75                | 0,17     | 6,45  | 0,61  | 2,7   | 95,1                 | 178,95 | 123,45 | 24,45  |
| 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   |
| Хлеб пшеничный                         | 30              | 2,37             | 0,3     | 14,49     | 70,14                 | 0,03     | 0     | 0     | 0,39  | 6,9                  | 9,9    | 26,1   | 0,33   |
| Кофейный напиток с молоком без сахара  | 200             | 3,17             | 2,68    | 2         | 44                    | 0,04     | 1,3   | 0,02  | 0     | 126                  | 90     | 14     | 0,1    |