

ДИАБЕТ

Школа

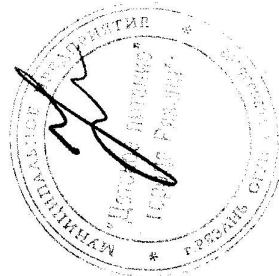
Отд./корп

День

04/05/2022

1-4 кл

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	ХЕ	
Завтрак			Бутерброд с маслом сливочный, 25/10	35		126,44	1,8	7,50	12,88	1,30	
			Каша овсяная молочная	160		117,42	4,72	3,01	17,77	1,80	
			Какао на молоке	180		47,56	3,37	1,8	4,25	0,40	
			Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		60	1,8	0,3	12,8	1	
2-й прием пищи											
Обед			Яблоко	140		62,2	0,6	0,6	13,7	1,6	
			Напиток витаминный	200		39,70	0,5	0,15	9,13	0,90	
		закуска		Подгарнировка из свежих помидоров	40		8,56	0,44	0,08	1,52	0,10
		1 блюдо		Суп из овощей со сметаной	200		79,46	1,55	4,21	8,71	0,90
		2 блюдо		Куриное филе запеченное с соусом сметанно-томатным, 50/30	80		113,04	17,03	3,96	2,33	2,30
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150		160,16	6,55	1,72	29,69	3,00	
	напиток		Напиток из шиповника	180		30,72	0,48	0,2	6,76	0,70	
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	25		53	1,23	0,3	11,20	1	



ДИАБЕТ

День 05/05/2022
1-4 кл

Отд./корп

Школа

Прием пищи	Раздел	№ ред.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	ХЕ
Завтрак			Подгарнировка из свежих огурцов	20		2,8	0,16	0,02	0,5	0,00
			Плов с говядиной (перловая крупа)	200		265,49	20,24	6,44	31,49	3,10
			Чай с лимоном	180		2,02	0,26	0,05	0,13	0,00
			Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		60	1,8	0,3	12,8	1
2-й прием пищи										
			Бутерброд с маслом сливочный, 25/10	35		126,44	1,8	7,50	12,88	1,30
Обед			Чай с шиповником	200		8,12	0,3	0,09	1,5	0,15
			Салат из свежих огурцов	40		31,27	0,27	3,0	0,72	0,00
			Суп картофельный с горохом на бульоне из птицы	200		123,19	7,0	3,63	15,43	1,50
			Котлета мясная	80		216,2	12,12	13,74	11,00	1,10
			Рагу овощное	150		138,88	3,09	5,44	19,1	1,9
			Компот из ягод	180		9,36	0,14	0,04	1,91	0,20
			Хлеб ржаной Здоровье	25		59,64	1,72	0,25	12,60	1



ДИАБЕТ

Школа

Отд./корп

День 06/05/2022

1-4 кл

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы	ХЕ
Завтрак	гор.блюдо		Котлета Морячок с соусом томатным, 80/30	110		284,57	12,56	17,74	18,7	1,90
			Картофель отварной	150		119,35	3,1	0,62	25,27	2,50
	гор.напиток		Чай с шиповником	180		8,11	0,3	0,09	1,5	0,80
	хлеб		Хлеб ржано-пшеничный "Здоровье"	25		60	1,8	0,3	12,8	1
2-й прием пищи			Яблоко	140		62,2	0,6	0,6	13,7	1,6
			Напиток витаминный	200		39,70	0,5	0,15	9,13	0,90
Обед	закуска		Подгарнировка из свежих огурцов	40		4,52	0,28	0,04	0,76	0,00
	1 блюдо		Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200		85,35	1,65	5,14	7,96	0,80
	2 блюдо		Филе куриное, тушеное в томатном соусе	100		158,27	14,31	10,38	1,91	0,2
	гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150		160,42	6,55	1,72	29,70	3,00
	напиток		Напиток витаминный	180		34,74	0,4	0,13	7,99	0,80
	хлеб черн.		Хлеб ржаной	25		53	1,23	0,3	11,20	1

