



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	10,88
<i>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	11,7
<i>Кондитерское изделие диabetического назначения</i>	40	3,6	2,2	48,8	229	27,49
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,35
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,81
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
<i>Фрукт (яблоко)</i>	130	0,3	0	14,2	58	17,6
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	24,58
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	46,0
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,0
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	18,01
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Итого		38,5	47,1	192,2	1347	246,10



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	20/10	1,8	7,1	9,9	111	18,66
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	26	203	25,68
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	2,7	12,1	85	12,46
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	42,71
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Салат из свёклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	20,4
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	31,42
<i>Би. ючки рубленые из птицы запеченные</i>	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,02
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	18,01
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Итого		40	47,4	169,3	1263	246,1



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	19,36
<i>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	13,9	10,8	33	285	71,74
<i>Фрукт (яблоко)</i>	110	0,25	0	12	49	15,52
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,84
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	15,01
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	33
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5,5	195	68,03
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	11,88
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	15,2	63	4,60
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Итого		41,55	41,8	170,7	1226	246,1



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	20/10	1,8	7,1	10,6	114	18,66
<i>Завтрак из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	12,1	10,2	23,7	235	74,82
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,81
<i>Салат "Степной"</i>	80	1,4	4	6	66	20,79
<i>Суп картофельный с мясом</i>	250/10	4,5	4,8	15,5	123	28,3
<i>Шницель из мяса</i>	90	11,2	11,3	13,1	199	68,35
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	13,24
<i>Сок</i>	200	0,1	0	25	100	18,01
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	3,12
Итого		36,5	44,1	137,6	1084	246,1



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с джемом диабетическим</i>	20/20	1,9	0,4	25,1	112	13,69
<i>Каша гречневая жидкая</i>	200	8,6	10,2	30,3	247	27,69
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	5,9	61	15,9
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	41,13
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,56
<i>Салат "Пёстрый"</i>	80	1,6	4	5,7	65	15,53
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	36,54
<i>Плов из птицы(с крупой перловой)</i>	240	13,1	12,3	41,6	330	86,34
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,5	0	5,2	23	4,6
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	3,12
Итого		38,7	38,9	157,3	1124,8	246,1