

День: вторник

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 |
| завтрак | | | | | | | | | | | | | |
| Помидоры свежие | 60 | 0,6 | 0,2 | 0,2 | 5 | - | 15,15 | 0,2 | 0,2 | 8,4 | 15,75 | 12 | 0,6 |
| Зразы рубленые из говядины | 100 | 9,56 | 12,4 | 12,5 | 200 | 0,03 | 0 | 0,105 | 0 | 22 | 97,2 | 4,8 | 1 |
| 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 |
| Фрукты в ассортименте | 100 | 1,50 | 0,50 | 21,00 | 94,50 | 0,04 | 10,00 | 0,00 | 0,40 | 8,00 | 28,00 | 42,00 | 0,60 |