

День: суббота

1. Меню питания школьников 1-4

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	В1, мг
		белки, г	жиры, г	углев., г		

завтрак

Каша пшенная жидкая молочная	200	7,43	4,47	36,9	258,0	0,21
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17,4	86	0,02
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0
Сыр российский	30	6,96	8,85	0	108	0,01
Фрукты в ассортименте	100	1,5	05	21	96	0,04

4 кл. с целиакией

Витамины			Минеральные вещества			
С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
1,17	0,028	1,8	13,6	181,37	47,6	1,24
3,6	0,01	0	67,8	54,7	12,2	0,9
0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
0	0,04	0,11	2,4	3,0	0	0,02
0,21	3,008	0,11	264	150,00	10,5	0,3
10,0	0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6

День: четверг

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

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	Витам	
		белки, г	жиры, г	углев., г		В1, мг	С, мг

завтрак

Омлет натуральный	150	12.93	19.06	2.94	289.6	0.15	0.26
Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.0	60	0	0.03
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0
Бобовые отварные (зеленый горошек консервированный/кукуруза консервированная)	80	4.31	2.18	4.64	47.3	0	8

целиакией

мины		Минеральные вещества			
А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
0.3	0.75	103.08	225.75	16.18	0.75
0	0	11.1	2.8	1.4	0.28
0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
0.011	1.8	19.14	48.96	16	0.64

День: пятниц

1. Меню питания школьников 1-

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	В1, мг
		белки, г	жиры, г	углев., г		
завтрак						
Макаронные изделия безглютеновые отварны	150	5.46	5.78	30.45	195.7	0.04
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17.4	86	0,02
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02
Биточки из говядины с соусом сметанным	80	8.27	9.02	8.79	131	0.04
Булочка безглютеновая	50	2.95	3.8	29	161.9	0.06

а

-4 кл. с целиакией

Витамины			Минеральные вещества			
С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
0	0	0.8	11.1	37.2	5.7	0.57
3,6	0,01	0	67,8	54,7	12,2	0,9
0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
0.18	0.013	1.8	28.56	79.71	25.47	1.45
0.08	0.09	0.55	24.63	46.18	7.02	0.5

День: среда

1. Меню питания школьников 1-4 кл.

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	В1, мг
		белки, г	жиры, г	углев., г		
завтрак						
Запеканка пшеничная из тыквы	160	3.46	9.9	33.7	222.86	0.2
Молоко сгущенное с сахаром 8.5%жирности	200	0.07	0.02	15.0	60	0
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02
Чай с сахаром и лимоном	40	5.1	4.6	0.3	63	0
Масло сливочное	50	4.5	4.1	39	220	0.04
Фрукты в ассортименте (поштучно)	100	0.4	0.4	9.6	47	0.03

п. с целиакией

Витамины			Минеральные вещества			
С, мг	А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг
0.02	0.041	1.22	21.97	48.14	21	0.64
0.03	0	0	11.1	2.8	1.4	0.28
0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
0	0.105	0.24	22	77.2	5	1
0	0	0.04	25	26.1	6.88	0.1
10	0	0.2	16	11	9	2.2

День: вторник

1. Меню питания школьников 1-4 кл. с

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	Витамины	
		белки, г	жиры, г	углев., г		В1, мг	С, мг

завтрак

Запеканка рисовая	160	3.46	9.9	33.7	222.86	0.2	0.02
Чай с сахаром	200	0.07	0.02	15.0	60	0	0.03
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0
Яйцо вареное	40	5.1	4.6	0.3	63	0	0
Безглютеновое печенье	50	4.5	4.1	39	220	0.04	0

целиакией

мины		Минеральные вещества			
А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
0.041	1.22	21.97	48.14	21	0.64
0	0	11.1	2.8	1.4	0.28
0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
0.105	0.24	22	77.2	5	1
0	0.04	25	26.1	6.88	0.1

День: понедельник

1. Меню питания школьников 1-4 кл.

Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества			энерг. ценность, ккал	Витамины	
		белки, г	жиры, г	углев., г		В1, мг	С, мг

завтрак

Каша пшенная жидкая молочная	200	7,43	4,47	36,9	258,0	0,21	1,17
Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17,4	86	0,02	3,6
Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0
Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66	0	0
Сыр российский	30	6,96	8,85	0	108	0,01	0,21
Фрукты в ассортименте	100	1,5	05	21	96	0,04	10,0

с целиакцией

МИНЫ		Минеральные вещества			
А, мг	Е, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
0,028	1,8	13,6	181,37	47,6	1,24
0,01	0	67,8	54,7	12,2	0,9
0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
0,04	0,11	2,4	3,0	0	0,02
3,008	0,11	264	150,00	10,5	0,3
0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6