



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы-интернат
Толстова Н.А.

Индивидуальное меню

Возрастная категория: 7-11 лет.

Наименование заболевания: целиакия.

Питание учреждении республики Марий Эл
г.Козьмодемьянска
«Дарование» г.Козьмодемьянска)

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
				Белки	Жиры	Углеводы	
302	Завтрак	Каша пшённая на молоке с маслом	150/15	6,3	11,1	32,2	235,9
685		Чай сладкий	200	0,2	0	15,0	58,0
т/н		Хлеб гречневый с маслом	50/20	3,57	17,85	23,02	258
Итого за завтрак:				10,07	28,95	70,22	551,9
733	2 Завтрак	Оладьи из рисовой муки	50	3,55	2,6	14,1	96,5
692		Кофейный напиток на молоке	200	3,3	3,0	24,6	135,2
Итого за полдник:				6,85	5,6	38,7	231,7
124	Обед	Щи из свежей капусты с рыбой	200/25	6,4	6,7	7	103,7
437		Гуляш	90	29,7	10,4	3,9	214,9
207		Каша гречневая рассыпчатая	150,0	9,0	13,2	44,3	301,1
т/н		Дополнительный гарнир: морковь	60	0,84	0,06	4,32	18,0
638		Компот из кураги	200	1,0	0	31	122,6
т/н		Хлеб гречневый	80	5,68	2	36,64	182,4
Итого за обед:				52,62	32,36	127,16	942,7
487	Ужин	Цыплята отварные	90	19,8	16,2	0,4	158
145		Картофель тушеный с луком	200	6,4	10,4	45,6	222,7
т/н		Сок персиковый	200	1,0	0	31	64
т/н		Хлеб гречневый	50	3,55	1,25	22,9	104
Итого за ужин:				30,75	27,85	99,9	548,7
385	Второй ужин	Яблоко печеное	100	0,4	0,4	33,8	142,6
т/н		Снежок	200	5,6	6,4	8,2	117
Итого за второй ужин:				6	6,8	42	259,6
Итого за день:				106,29	101,56	377,98	2534,6