Утверждаю
Директор ГБОУ «СОШ-сад №10 г.Назрань»
_____/ Кокорхоева Э.М.
«16» 09 2023Г.

Примерное десятидневное меню для обучающихся 1-4-х классов .
для организации питания школьников с целиакией общеобразовательных учреждений

День: понедельник
Неделя: первая
Сезон: осенне-зимний, весенний
Возрастная категория: 7-11 лет

№ рецептуры	Наименование блюда	масса порции, г	Пищевые вещества белки, г	жиры, г	углев., г	энерг. ценность, ккал	Витамины В1, мг	с, мг	А, мг	Е, мг	Минеральные вещества Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг
						завтрак								
182	Каша пшенная жидкая молочная	200	7,43	4,47	36,9	258,0	0,21	1,17	0,028	1,8	13,6	181,37	47,6	1,24
382	Чай с молоком и сахаром	200	1,6	1,6	17,4	86	0,02	3,6	0,01	0	67,8	54,7	12,2	0,9
	Хлеб безглютеновый	20	3,6	3,3	4,2	86,2	0,02	0	0	0,01	2,73	13,08	3,94	0,1
14	Масло сливочное	10	0,08	7,25	0,13	66,0	0	0	0,04	0,11	2,4	3,0	0	0,02
	Сыр российский	30	6,96	8,85	0	108.	0,01	0,21	0,008	0,15	264	150,00	10,5	0,3
	Фрукты в ассортименте (поштучно)	100	1,5	0,5	21	96	0,04	10,0	0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6
	ИТОГО		21,17	25,97	79,63	700,2	0,3	14,98	0,086	2,47	358,5	430,15	116,24	3,16