



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
 "26" декабря 2022 г.

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	4,6	3,2	17,4	117	16,77
<i>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	12,1	10,2	23,7	235	83,56
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	1,5	6	1,77
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	11,91
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15	123	24,96
<i>Гуляш</i>	100	11	14,3	5	193	34,4
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	34,54
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	5,2	23	4,6
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		38	41,5	130,1	1037	215,32

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	5,1	3,5	19,3	129	21,27
<i>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	200/20	18,4	11,3	26,3	281	102,78
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	1,5	6	1,77
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	11,91
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15	123	24,96
<i>Гуляш</i>	100	11	14,3	5	193	34,4
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	41,19
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	5,2	23	4,6
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		45,5	43,5	142	1133	245,69



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	9,98
<i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	40	3,6	2,2	48,8	229	19,8
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	20,8	174	20,02
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,57
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	10,25
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	26,79
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	54,54
<i>Сок</i>	200	0,1	0	22,9	92	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		35,4	44,4	177,7	1242	176,56

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 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	9,98
<i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	40	3,6	2,2	48,8	229	19,8
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	20,8	174	20,02
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,57
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4,0	11,2	89	10,25
<i>Ухи рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	26,79
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	54,54
<i>Сок</i>	200	0,1	0	22,9	92	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		35,4	44,4	177,7	1242	176,56



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
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	10,6	114	11,54
Запеканка из творога с джемом диабетическим	180/20	12,1	10,2	23,7	235	82,23
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,57
Фрукт (яблоко)	150	0,3	0	19,3	78	16,2
Салат "Степной" из разных овощей	80	1,4	4	6	66	12,63
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,61
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	13,1	199	47,42
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,79
Сок	200	0,1	0	25	100	30,4
Хлеб ржаной	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		36,8	44,1	156,9	1162	239,2

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	15,9	163	17,31
Запеканка из творога с джемом диабетическим	200/20	18,4	11,3	26,3	281	90,6
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,57
Фрукт (яблоко)	150	0,3	0	19,3	78	16,2
Салат "Степной" из разных овощей	80	1,4	4	6	66	12,63
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,61
Шницель из мяса	100	12,4	12,6	14,6	221	51,8
Каша гречневая вязкая отварная	180	4,8	6,1	29,2	191	16,03
Сок	200	0,1	0	25	100	30,4
Хлеб ржаной	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		45,5	50,3	171,2	1310	260,96



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
 "29" декабря 2022г

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
Бутерброд с сыром	30/15	4,6	3,2	17,4	117	16,77
Каша пшеничная жидкая с маслом	200	4,8	6,9	25,1	182	25,1
Чай с лимоном	200	0,1	0	1,5	6	1,77
Фрукт (яблоко)	150	0,4	0,4	28	117	16,2
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
Салат витаминный	80	0,9	4	3,5	54	7,94
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	31,3
Рыба запеченная	90	13,1	10,5	2,8	158	28,62
Каша ячневая рассычатая	150	3,7	3,8	30,2	170	8,96
Сок	200	0,1	0	25	100	30,4
Хлеб ржаной	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		34,2	37	176,1	1164	171,27

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/20	5,1	3,5	19,3	129	21,3
Каша пшеничная жидкая с маслом	200	4,8	6,9	25,1	182	25,1
Чай с лимоном	200	0,1	0	1,5	6	1,77
Фрукт (яблоко)	150	0,4	0,4	28	117	16,2
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
Салат витаминный	80	0,9	4	3,5	54	7,94
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	31,3
Рыба запеченная	100	15,5	12,9	3,1	191	32,03
Каша ячневая рассычатая	180	4,1	5,3	36,9	212	10,01
Сок	200	0,1	0	25	100	30,4
Хлеб ржаной	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		37,5	41,2	185	1251	180,26



УТВЕРЖДАЮ
 Директор MAOU OSOSh №1
 30 декабря 2022г

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 жидким диабетическим</i>	20/20	1,9	0,4	25,1	112	20,05
<i>Каша гречневая жидкая</i>	200	8,6	10,2	30,3	247	28,78
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	5,9	61	14,36
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	28
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Помидор свежий</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	17,1
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	25,2
<i>Котлеты из мяса</i>	90	11,2	11,3	13,1	199	48,51
<i>Овощи тушеные</i>	150	1,3	9,2	13,8	143	11,32
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	7,7	33,8	11,94
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		38,1	46,1	148,6	1151,6	209,47

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с жидким диабетическим</i>	20/20	1,9	0,4	25,1	112	20,05
<i>Каша гречневая жидкая</i>	200	8,6	10,2	30,3	247	28,78
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	5,9	61	14,36
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	28
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Помидор свежий</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	17,1
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	25,2
<i>Котлеты из мяса</i>	100	12,4	12,6	14,6	221	53,04
<i>Овощи тушеные</i>	180	1,6	11	16,5	171	13,24
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	7,7	33,8	11,94
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		39,6	49,2	152,8	1201,6	215,92