



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ-ОСОШ №1
 "11" января 2023 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 маслом</i>	20/10	1,8	7,1	10,6	114	11,54
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	23	191	24,17
<i>Какао с молоком</i>	180	3,1	2,7	4,1	53	10,45
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,00
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Помидоры (свежие)</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	26,24
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	29,05
<i>Фрикадельки из птицы</i>	100	10,8	10,9	5,4	162,9	43,77
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	13,75
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		38,7	40,4	144,1	1084,7	228,58

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 маслом</i>	30/15	2,5	9,9	15,9	163	17,31
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	23	191	24,17
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	5,9	70	12,26
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,00
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Помидоры (свежие)</i>	100	0,6	0,2	4,2	21	33,6
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	29,05
<i>Фрикадельки из птицы</i>	100	10,8	10,9	5,4	162,9	43,77
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,7	4,1	26,7	159	14,41
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		40,6	44,5	156,4	1178,7	244,18



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ОСОШ №1
 "12" января 2023 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>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	9,98
<i>Сыр (порциями)</i>	10	3,9	2,5	0	38	10,64
<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	20,41
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	19,2
<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	17,82
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	30,71
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,79
<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		39,7	47,3	205,7	1397	228,53

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>Сыр (порциями)</i>	10	3,9	2,5	0	38	10,64
<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	20,41
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	19,2
<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>	100	2,6	5,0	14	111	22,49
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	30,71
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,79
<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		40,2	48,3	208,5	1419	233,2



УТВЕРЖДАЮ
 Директор MAOU OSOSh №1
 "13" января 2023 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	19,36
<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	2,01
<i>Фрукт (мандарин 2 шт)</i>	200	0,8	0	28,8	118,4	38,4
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	11,95
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15	123	27,33
<i>Гуляш</i>	100	11	14,3	5	193	41,28
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	9,44
<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		38,8	41,5	158,9	1155,4	240,74

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	24,68
<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	2,01
<i>Фрукт (мандарин 2 шт)</i>	200	0,8	0	28,8	118,4	38,4
<i>Винегрет овощной</i>	100	1,2	5	8,4	83	14,91
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15	123	27,33
<i>Гуляш</i>	100	11	14,3	5	193	41,28
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	4,1	3,7	44,2	227	11,44
<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		46,5	44,5	172,5	1267,4	270,24