



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ОСОШ №1
 "30" 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 (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Сок 0,2</i>	200	0,5	0	34	138	30,4
<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 из говядины</i>	100	11	14,3	5	193	59,79
<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		38,9	41,9	192,1	1292	271,95



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
 "31" 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	20,7
<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	230,03



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>Омлет натуральный</i>	200	22,7	20,5	2,4	285	47,26
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	5,9	57	10,03
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,7
<i>Салат из моркови с огурцом</i>	80	0,9	4,0	3,3	53	10,13
<i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i>	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	23,45
<i>Курица запеченая</i>	90	13,8	13	0	172	46,89
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	12,79
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	1,9	8	16,38
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		52,3	60,1	103	1152	201,98



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
 "02" февраля 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>Каша пшениная жидкая с маслом</i>	200	4,8	6,9	25,1	182	25,16
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	1,5	6	2,01
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,7
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4	2,5	49	25,58
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	34,14
<i>Рыба запеченная</i>	90	13,1	10,5	2,8	158	45,87
<i>Каша ячневая рассыпчатая</i>	150	3,7	3,8	30,2	170	15,33
<i>Сок</i>	200	0,1	0	25	100	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		34	37	175,1	1159	222,76



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1

"03" февраля 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 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	35,00
<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	26,24
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	25,82
<i>Котлеты из мяса</i>	90	11,2	11,3	13,1	199	56,94
<i>Овощи тушеные</i>	150	1,3	9,2	13,8	143	11,48
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	7,7	33,8	14,15
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		38,1	46,1	148,6	1151,6	237,03