



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ ОСОШ №1  
 "18" января 2023 г

**МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углевод ы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с ждемом 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
<b>Итого</b>		<b>38,1</b>	<b>46,1</b>	<b>148,6</b>	<b>1151,6</b>	<b>237,03</b>



**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	24,2
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,57
<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>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</i>	80	0,7	0,1	1,2	9	33,58
<i>Суп гороховый с мясом и гренками ржаными</i>	250/10/20	6,5	4,8	32,5	199	28,95
<i>Биточки рыбные</i>	100	13,2	5,1	16,9	166	31,09
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	13,75
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,5	0	5,2	23	4,6
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
<b>Итого</b>		<b>35,5</b>	<b>30,7</b>	<b>168,5</b>	<b>1083</b>	<b>171,69</b>



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ СОШ №1  
 "20" 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>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	12,1	10,2	23,7	235	99,21
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	4,6	3,2	17,4	117	19,36
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	5,9	57	10,03
<i>Салат из свеклы с соленым огурцом</i>	80	0,9	4	5,1	60	11,00
<i>Суп с макаронными изделиями с птицей</i>	250/15	4,9	4,8	16,4	128	23,05
<i>Гуляш</i>	100	11	14,3	5	193	41,28
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	12,79
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
<b>Итого</b>		<b>41,9</b>	<b>45,7</b>	<b>138,6</b>	<b>1123</b>	<b>249,93</b>