



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ОСОШ №1
 "02" мая 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 джемом 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	29,11
<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
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Салат из квашеной капусты</i>	80	1,6	4	5,7	65	29,64
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	25,51
<i>Плов из птицы (с крупой перловой)</i>	240	13,1	12,3	41,6	330	60,46
<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
Итого		38,7	38,9	157,3	1124,8	222,94



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>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	12,1	10,2	23,7	235	82,23
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,57
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,3	0	19,3	78	20,7
<i>Салат из огурцов с маслом</i>	80	0,7	4,1	1	44	28,88
<i>Суп картофельный с мясом</i>	250/10	4,5	4,8	15,5	123	25,58
<i>Шницель из мяса</i>	90	11,2	11,3	13,1	199	52,38
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	12,79
<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		36,1	44,2	151,9	1140	267,88



УТВЕРЖДАЮ
 Директор MAOU OSOSh №1
 "04" мая 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>Биточки рубленые из птицы запеченные</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>Фрукт (апельсин)</i>	200	0,5	0,5	37,2	155,6	35
<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		39,2	40,9	181,3	1240,3	263,58



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
Лей "05" мая 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



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



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
Авдеев
 "11" мая 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>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
 "12" мая 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 (апельсин)</i>	200	0,5	0,5	37,2	155,6	35
<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		34,1	37,1	184,3	1197,6	237,06



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ОСОП №1
 "15"мая 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 желемом 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



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	20,7
<i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	40	3,6	2,2	48,8	229	19,8
<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 гречками 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
Итого		39,1	32,9	217,3	1312	192,99



УТВЕРЖДАЮ
 Директор MAOU OSOSh №1
 "17" мая 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 соевым 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 из говядины</i>	100	11	14,3	5	193	59,79
<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>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,7
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		42,3	46,1	166,6	1240	289,14



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ОСОШ №1
 "18" мая 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 ячневая жидкая</i>	200	7,6	8,2	17,7	175	24,42
<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>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	20	1	1,3	9,5	54	19,8
<i>Салат из соленых огурцов с луком</i>	100	1,5	5	4,1	67	35,07
<i>Суп с рыбными фрикадельками</i>	250/100	12,9	7,2	20,6	199	58,59
<i>Жаркое из птицы</i>	200	17,5	11,5	11,7	220	44,08
<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	1,4
Итого		50,5	46,1	103,8	1021,8	256,73



УТВЕРЖДАЮ
 Директор MAOU OSOSh №1
 "19" мая 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>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	20,8	174	19,76
<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>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	40	3,6	2,2	48,8	229	19,8
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Салат "Любительский"</i>	80	2,2	4	4,7	64	20,73
<i>Рассольник домашний с птицей, со сметаной</i>	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	32,76
<i>Котлета из мяса</i>	90	11,2	11,3	13,1	199	50,33
<i>Макароны отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	9,44
<i>Сок</i>	200	0,1	0	25	93	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		37,7	38,7	235,1	1422	229,5