



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

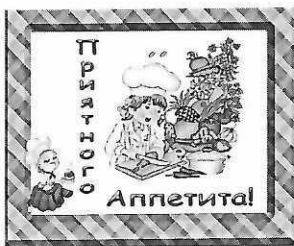
Лав

"28" сентября 2023г



МЕНЮ для учащихся с сахарным диабетом с 1 по 4 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 | 14,5 | 157 | 18,66 |
| <i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i> | 200 | 7,5 | 7,7 | 23 | 191 | 29,14 |
| <i>Чай без сахара</i> | 200 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3 | 0,81 |
| <i>Фрукт (апельсин)</i> | 250 | 0,4 | 0,4 | 28 | 117 | 68,28 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| <i>Овощи консервированные без уксуса (огурцы)</i> | 80 | 0,7 | 0,1 | 1,2 | 9 | 33,58 |
| <i>Суп гороховый с мясом и гренками</i> | 250/10/20 | 6,5 | 4,8 | 31,8 | 196 | 33,55 |
| <i>Биточки рыбные</i> | 100 | 13,2 | 5,1 | 18,1 | 171 | 32,74 |
| <i>Пюре картофельное</i> | 150 | 3,3 | 3,6 | 22,3 | 135 | 18,5 |
| <i>Компот из сухофруктов</i> | 200 | 0,5 | 0 | 15,2 | 63 | 4,60 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| Итого | | 36,3 | 32,4 | 189,9 | 1196 | 246,1 |



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

Л.В.

"29" сентября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с сахарным диабетом 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 | 13,9 | 10,8 | 33 | 285 | 76,75 |
| <i>Бутерброд с сыром</i> | 30/15 | 6,3 | 4,1 | 14,9 | 122 | 19,36 |
| <i>Чай с молоком</i> | 200 | 2,8 | 2,5 | 15,9 | 97 | 8,47 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| <i>Салат из свеклы с соевым огурцом</i> | 80 | 0,9 | 4 | 5,1 | 60 | 14,25 |
| <i>Суп с макаронными изделиями с птицей</i> | 250/15/5 | 4,9 | 4,8 | 16,4 | 128 | 29,23 |
| <i>Гуляш из говядины</i> | 100 | 11 | 14,3 | 5,5 | 195 | 61,00 |
| <i>Каша гречневая вязкая отварная</i> | 150 | 4,3 | 5,1 | 24,3 | 160 | 13,24 |
| <i>Сок</i> | 200 | 0,3 | 0 | 22 | 89 | 17,56 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| Итого | | 46 | 46,4 | 172,3 | 1290 | 246,1 |



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"27" сентября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с с сахарным диабетом 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 | 10,63 |
| <i>Каша пшениная жидкая</i> | 200 | 6,6 | 7,4 | 23,7 | 188 | 24,98 |
| <i>Кофейный напиток</i> | 200 | 3,2 | 2,7 | 15,9 | 101 | 14,36 |
| <i>Йогурт промышленного производства</i> | 95 | 3,9 | 1,5 | 4,8 | 47,8 | 36,33 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| <i>Помидор свежий</i> | 80 | 0,5 | 0,2 | 3,4 | 17 | 20,4 |
| <i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i> | 250/15 | 5,7 | 8,5 | 16,3 | 165 | 31,7 |
| <i>Котлеты из мяса</i> | 90 | 11,2 | 11,3 | 14,2 | 203 | 62,56 |
| <i>Овощи тушеные</i> | 150 | 1,3 | 9,2 | 13,8 | 143 | 23,8 |
| <i>Кисель из свежих ягод</i> | 200 | 0,3 | 0,2 | 21,5 | 89 | 15,1 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| Итого | | 36,2 | 42,2 | 173,9 | 1219,8 | 246,10 |



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

Лав

"26" сентября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с сахарным диабетом 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 | 6,3 | 4,1 | 14,9 | 122 | 24,68 |
| <i>Каша пшеничная жидкая</i> | 200 | 7,5 | 6,2 | 20,8 | 169 | 25,55 |
| <i>Чай с лимоном</i> | 200 | 0,1 | 0 | 13,5 | 54 | 2,73 |
| <i>Фрукт (яблоко)</i> | 150 | 0,5 | 0,5 | 37,2 | 155,6 | 21,7 |
| <i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i> | 40 | 3,6 | 2,2 | 48,8 | 229 | 21,56 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| <i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i> | 80 | 0,7 | 4,0 | 2,5 | 49 | 18,26 |
| <i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i> | 250/10/5 | 5 | 6,3 | 14,4 | 134 | 37,50 |
| <i>Рыба запеченная</i> | 90 | 13,1 | 10,5 | 2,8 | 158 | 51,60 |
| <i>Рис припущенный</i> | 150 | 3,1 | 3,8 | 25,4 | 148 | 18,72 |
| <i>Сок</i> | 200 | 0,5 | 0 | 34 | 138 | 17,56 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| Итого | | 42 | 38,4 | 249,5 | 1510,6 | 246,1 |



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"25" сентября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с сахарным диабетом с 1 по 4 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 | 14,5 | 157 | 18,66 |
| <i>Омлет натуральный</i> | 200 | 22,7 | 20,5 | 2,4 | 285 | 47,26 |
| <i>Чай с молоком</i> | 200 | 2,8 | 2,5 | 15,9 | 97 | 10,27 |
| <i>Фрукт (яблоко)</i> | 180 | 0,4 | 0,4 | 28 | 117 | 32,63 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| <i>Салат из моркови с огурцом</i> | 80 | 0,9 | 4,0 | 3,3 | 53 | 20,45 |
| <i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i> | 250/10/5 | 4,4 | 5,9 | 7,8 | 102 | 27,66 |
| <i>Курица запеченая</i> | 90 | 13,8 | 13 | 0 | 172 | 52,71 |
| <i>Каша гречневая вязкая отварная</i> | 150 | 4,3 | 5,1 | 24,3 | 160 | 13,24 |
| <i>Компот из ягод</i> | 200 | 0,2 | 0 | 16,9 | 68 | 16,98 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| Итого | | 53,6 | 62,1 | 148,3 | 1365 | 246,1 |



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

Лавы

"22" сентября 2023 г

МЕНЮ для учащихся с сахарным диабетом 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 | 10,88 |
| <i>Сыр (порциями)</i> | 10 | 2,9 | 4 | 0 | 48 | 11,7 |
| <i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i> | 40 | 3,6 | 2,2 | 48,8 | 229 | 26,56 |
| <i>Суп молочный с крупой</i> | 250 | 5,8 | 7,5 | 23,8 | 186 | 20,35 |
| <i>Чай без сахара</i> | 200 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3 | 0,81 |
| <i>Хлеб пшеничный</i> | 20 | 0,4 | 0,2 | 8,8 | 39 | 1,56 |
| <i>Фрукт (яблоко)</i> | 130 | 0,4 | 0,4 | 28 | 117 | 18,98 |
| <i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i> | 80 | 2,1 | 4 | 11,2 | 89 | 24,58 |
| <i>Уха рыбацкая</i> | 250/50 | 9,3 | 7,2 | 10,4 | 144 | 46,0 |
| <i>Мясо тушеное с картофелем</i> | 250 | 12,7 | 14,3 | 34,7 | 318 | 64,0 |
| <i>Сок</i> | 200 | 0,3 | 0 | 22 | 89 | 17,56 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| Итого | | 38,6 | 47,5 | 206 | 1406 | 246,10 |



МЕНЮ для учащихся с сахарным диабетом 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 | 6,3 | 4,1 | 14,9 | 122 | 19,36 |
| <i>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i> | 180/20 | 13,9 | 10,8 | 33 | 285 | 72,85 |
| <i>Фрукт (слива)</i> | 130 | 0,4 | 0,4 | 28 | 117 | 15,52 |
| <i>Чай с лимоном</i> | 200 | 0,1 | 0 | 13,5 | 54 | 2,73 |
| <i>Винегрет овощной</i> | 80 | 1 | 4 | 6,7 | 67 | 15,01 |
| <i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i> | 250/10/5 | 4,3 | 5,1 | 15,5 | 125 | 33 |
| <i>Гуляш из говядины</i> | 100 | 11 | 14,3 | 5,5 | 195 | 68,03 |
| <i>Макаронные изделия отварные</i> | 150 | 3,4 | 3,1 | 36,8 | 189 | 11,88 |
| <i>Компот из смеси сухофруктов</i> | 200 | 0,5 | 0 | 15,2 | 63 | 4,60 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| Итого | | 41,7 | 42,2 | 186,7 | 1294 | 246,1 |



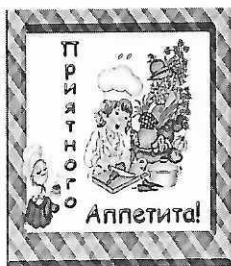
УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

20" сентября 2023г

МЕНЮ для учащихся с сахарным диабетом 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 | 9,9 | 111 | 18,66 |
| <i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i> | 200 | 7,5 | 7,7 | 26 | 203 | 25,68 |
| <i>Какао с молоком</i> | 200 | 3,1 | 2,7 | 12,1 | 85 | 12,46 |
| <i>Йогурт промышленного производства</i> | 95 | 3,9 | 1,5 | 4,8 | 47,8 | 43,16 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| <i>Помидоры (свежие)</i> | 80 | 0,5 | 0,2 | 3,4 | 17 | 20,4 |
| <i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i> | 250/10 | 5,8 | 4,8 | 8,3 | 100 | 31,42 |
| <i>Биточки рубленые из птицы запеченые</i> | 90/5 | 11,4 | 15,2 | 11,2 | 227,2 | 52,02 |
| <i>Пюре картофельное</i> | 150 | 3,3 | 3,6 | 22,3 | 135 | 18,5 |
| <i>Сок</i> | 200 | 0,5 | 0 | 34 | 138 | 17,56 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 0,8 | 0,4 | 17,6 | 77 | 3,12 |
| Итого | | 39,4 | 43,6 | 167,2 | 1218 | 246,1 |



УТВЕРЖДАЮ
 Директор MAOU OSOSH №1
 "19" сентября 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 | 18,66 |
| <i>Запекалка из творога с джемом диабетическим</i> | 180/20 | 12,1 | 10,2 | 23,7 | 235 | 75,08 |
| <i>Чай без сахара</i> | 200 | 0,1 | 0 | 0,6 | 3 | 0,81 |
| <i>Салат из огурцов с маслом</i> | 80 | 0,7 | 4,1 | 1 | 44 | 20,98 |
| <i>Суп картофельный с мясом</i> | 250/10 | 4,5 | 4,8 | 15,5 | 123 | 28,3 |
| <i>Шницель из мяса</i> | 90 | 11,2 | 11,3 | 13,1 | 199 | 68,35 |
| <i>Каша гречневая вязкая отварная</i> | 150 | 4,3 | 5,1 | 24,3 | 160 | 13,24 |
| <i>Сок</i> | 200 | 0,1 | 0 | 25 | 100 | 17,56 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 40 | 1 | 1,6 | 18,8 | 84 | 3,12 |
| Итого | | 35,8 | 44,2 | 132,6 | 1062 | 246,1 |



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
 "18" сентября 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 | 10,63 |
| <i>Каша гречневая жидкая</i> | 200 | 8,6 | 10,2 | 30,3 | 247 | 27,69 |
| <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 | 42,49 |
| <i>Хлеб ржаной</i> | 20 | 0,5 | 0,3 | 9,4 | 42 | 1,56 |
| <i>Салат из капусты белокачанной</i> | 100 | 2 | 5,1 | 8,5 | 88 | 15,53 |
| <i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i> | 250/15/5 | 4,4 | 5,9 | 10,5 | 113 | 36,54 |
| <i>Плов из птицы (с крупой перловой)</i> | 240 | 13,1 | 12,3 | 41,6 | 330 | 63,81 |
| <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 | 3,12 |
| <i>Фрукт (яблоко)</i> | 150 | 0,4 | 0,4 | 28 | 117 | 25,77 |
| Итого | | 39,1 | 40 | 160,1 | 1147,8 | 246,1 |