



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ СОШ №1
 "16" октября 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	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



600/ Директор МБОУ СОШ №1
 УТВЕРЖДАЮ
 17 октября 2023г
 7220003137
 1027201675532

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>	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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Банан)</i>	200	2,18	0,66	45,68	178	45,00
<i>Фрукт (Мандарин)</i>	70	0,2	0,2	14	58,5	30,00
ИТОГО		2,38	0,86	59,68	236,5	75,00



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>	30/15	2,5	9,9	14,5	157	18,66
<i>Каша ячневая жидкая</i>	200	7,6	8,2	20,7	187	24,5
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	15,9	110	12,46
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	36,33
<i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	20	1	1,3	9,5	54	16,95
<i>Салат из капусты белокачанной с морковью</i>	100	1,6	5	9,7	90	13,87
<i>Суп с рыбными фрикадельками</i>	250/100	12,9	7,2	20,6	199	30,7
<i>Жаркое из птицы</i>	200	17,5	11,5	16,2	238	72,53
<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		51,8	48,5	146,4	1227,8	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (груша)</i>	200	0,5	0,5	37,3	156	75,00
ИТОГО		0,5	0,5	37,3	156	75,00



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	6,3	4,1	14,9	122	24,68
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	20,56
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	25,77
<i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	40	3,6	2,2	48,8	229	21,56
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	2,73
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Салат "Любительский"</i>	80	2,2	4	4,7	64	28,98
<i>Рассольник домашний с птицей, со сметаной</i>	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	38,42
<i>"Ёжики" из мяса с рисом</i>	100	6,1	11,7	7,4	159	47,71
<i>Макароны отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	11,89
<i>Сок</i>	200	0,2	0	23	93	17,56
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Итого		34,5	38,9	246,9	1475	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Пастилки яблочные</i>	70	1	0,3	83	340	75,00
ИТОГО		1	0,3	83	340	75,00



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>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	45,00
<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	87,07
<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
Итого		39,1	40	160,1	1147,8	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	280	2,58	0,62	30,91	139	75,00
ИТОГО		2,58	0,62	30,91	139	75,00



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>Запеканка 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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Пастилки вишня</i>	70	1,3	0,2	82	330	75,00
ИТОГО		1,3	0,2	82	330	75,00