



**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	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 запеченные</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
<b>Итого</b>		<b>39,4</b>	<b>43,6</b>	<b>167,2</b>	<b>1218</b>	<b>246,1</b>



**МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет**

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</i>	110	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
<b>Итого</b>		<b>41,7</b>	<b>42,2</b>	<b>186,7</b>	<b>1294</b>	<b>246,1</b>



Директор МАОУ ОСОШ №1  
 7 декабря 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
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	10,88
Сыр (порциями)	10	2,9	4	0	48	11,7
Кондитерское изделие диабетического назначения	40	3,6	2,2	48,8	229	28,12
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	20,35
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,81
Хлеб пшеничный	20	0,4	0,2	8,8	39	1,56
Фрукт	130	0,4	0,4	28	117	18,98
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4	11,2	89	24,58
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	46,0
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	64,0
Сок	200	0,3	0	22	89	17,56
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<b>Итого</b>		<b>38,6</b>	<b>47,5</b>	<b>206</b>	<b>1406</b>	<b>247,66</b>





УТВЕРЖДАЮ



Директор МАОУ ОСОШ №1  
10 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>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	27,55
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	2,73
<i>Фрукт</i>	130	0,5	0,5	37,2	155,6	18,2
<i>Кондитерское изделие диabetического 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>Салат витаминный</i>	80	0,9	4,0	4,7	58	18,26
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	39,00
<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
<b>Итого</b>		<b>42,2</b>	<b>38,4</b>	<b>251,7</b>	<b>1519,6</b>	<b>246,1</b>





УТВЕРЖДАЮ



13" декабря 2023г

**МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет 1-го класса**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	30/15	2,5	9,9	14,5	157	18,66
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	23	191	29,14
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,81
Фрукт	240	0,4	0,4	28	117	54,32
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	80	0,7	0,1	1,2	9	33,58
Суп гороховый с мясом и гречками	250/10/20	6,5	4,8	31,8	196	33,55
Биточки рыбные	100	13,2	5,1	18,1	171	46,7
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	18,5
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	4,60
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<b>Итого</b>		<b>36,3</b>	<b>32,4</b>	<b>189,9</b>	<b>1196</b>	<b>246,1</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"14" декабря 2023 г



**МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет**

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с сыром	30/15	6,3	4,1	14,9	122	24,68
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	23,56
Фрукт	130	0,4	0,4	28	117	18,20
Кондитерское изделие диabetического назначения	40	3,6	2,2	48,8	229	21,56
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	2,73
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	28,98
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	42,99
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	47,71
Макароны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	11,89
Сок	200	0,2	0	23	93	17,56
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<b>Итого</b>		<b>34,5</b>	<b>38,9</b>	<b>246,9</b>	<b>1475</b>	<b>246,1</b>





**МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 5 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	13,87
<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	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	86,34
<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
<b>Итого</b>		<b>39,1</b>	<b>40</b>	<b>160,1</b>	<b>1147,8</b>	<b>246,1</b>



**МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 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
<b>Итого</b>		<b>35,8</b>	<b>44,2</b>	<b>132,6</b>	<b>1062</b>	<b>246,1</b>