



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

Сид "25" декабря 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 рубленные 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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Мандарин)</i>	260	0,65	0,65	49	225	80,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	250	0,8	0,8	56	234	45,00
<i>Фрукт (груша)</i>	200	0,66	0,66	46,6	195	65,00
ИТОГО		2,11	2,11	151,6	654	190,00



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	88,37
<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		41,3	41,8	158,7	1177	246,1



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	28,12
<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</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	247,66



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	59,72
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	10,27
<i>Фрукт</i>	120	0,4	0,4	28	117	20,17
<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 МАДУ ОСОШ №1

"29" декабря 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 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