



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

*Гаву* "11" марта 2024 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
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 (яблоко)	200	0,5	0,5	37	156	38,2
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	3,84
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	18,01
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<b>Итого</b>		<b>31</b>	<b>36,8</b>	<b>207,1</b>	<b>1285</b>	<b>246,1</b>



УТВЕРЖДАЮ  
Директор МАОУ ОСОШ №1  
*Лаз* "12" марта 2024 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	13,69
<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	15,9
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	41,13
<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>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Фрукт (Банан)</i>	180	2,18	0,66	45,68	178	55,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	180	0,5	0,5	38	156	35,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<b>ИТОГО</b>		<b>3,18</b>	<b>1,16</b>	<b>117,68</b>	<b>472</b>	<b>130,00</b>



УТВЕРЖДАЮ  
 Директор МАОУ ОСОШ №1  
*Сав* "13" марта 2024 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>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	12,1	10,2	23,7	235	74,82
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,81
<i>Салат "Степной"</i>	80	1,4	4	6	66	20,79
<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	18,01
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	3,12
<b>Итого</b>		<b>36,5</b>	<b>44,1</b>	<b>137,6</b>	<b>1084</b>	<b>246,1</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Фрукт (мандарин)</i>	160	0,4	0,4	28	117	55,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	180	0,5	0,5	38	156	35,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(Ишт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<b>ИТОГО</b>		<b>1,4</b>	<b>0,9</b>	<b>100</b>	<b>411</b>	<b>130,00</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

*Радз* "14" марта 2024г

**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	42,71
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<i>Салат из свёклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	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	18,01
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	3,12
<b>Итого</b>		<b>40</b>	<b>47,4</b>	<b>169,3</b>	<b>1263</b>	<b>246,1</b>
<b>УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ</b>						
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	180	0,5	0,5	38	156	35,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	260	0,8	0,8	56	234	55,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<b>ИТОГО</b>		<b>1,8</b>	<b>1,3</b>	<b>128</b>	<b>528</b>	<b>130,00</b>



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

*Газ* "15" марта 2024г

**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	19,36
<i>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	13,9	10,8	33	285	71,74
<i>Фрукт (яблоко)</i>	110	0,25	0	12	49	15,52
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	3,84
<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>41,55</b>	<b>41,8</b>	<b>170,7</b>	<b>1226</b>	<b>246,1</b>