



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	15,74
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	27,85
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	16,44
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Помидоры в собственном соку</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
<i>Котлеты из мяса</i>	90	11,2	11,3	14,2	203	51,81
<i>Овощи тушеные</i>	150	1,3	9,2	13,8	143	29,82
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	21,5	89	14,5
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		36,2	42,2	173,9	1219,8	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
<i>Фрукт (мандарин)</i>	200	0,5	0,5	26	148	70,00
ИТОГО		1	1	74,5	327	130,00



М.П.ИО для учащихся с заболеваниями сахарный диабет 1 типа						
Наименование	Вита. про	Вита. про	Вита. про	Вита. про	Вита. про	Вита. про
Булгур с мясом	200/10	1,8	7,1	10,6	114	22,43
Капуста квашеная	200	7,6	8,2	17,7	175	28,15
Каша с мясом	180	3,1	2,7	4,1	53	14,95
Кондитерское изделие	20	1	1,3	9,5	54	12,9
Суп с рыбными фаршами	250/100	12,9	7,2	20,6	199	62,88
Жареное куриное	200	17,5	11,5	11,7	220	87,31
Каша с мясом	200	0,2	0	1,9	8	14,59
Хлеб пшеничный	10	1	1,6	18,8	81	2,89
Итого		45,1	39,6	94,9	907	246,1
Итого						
Средняя стоимость	84,00	1,00	4,30	3,30	84,00	45,00
Средняя стоимость	150,00	0,50	0,50	18,50	170,00	10,00
Средняя стоимость (всего)	200,00	0,50	0,50	14,00	188,00	10,00
Итого		2,00	4,60	85,80	321,00	110,00



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	25,27
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
<i>Фрукт</i>	145	0,5	0,5	37	156	36,8
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	2,08
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Рассольник домашний с птицей, со сметаной</i>	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	41,46
<i>"Ёжики" из мяса с рисом</i>	100	6,1	11,7	7,4	159	70,81
<i>Макароны отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	19,21
<i>Сок</i>	200	0,2	0	23	93	16,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		28,8	32,8	202,4	1221	246,1

УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ

<i>Салат "Любительский"</i>	80	2,2	4	4,7	64	30,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	200	0,5	0,5	38	156	60,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	180	0,5	0,5	38	156	40,00
ИТОГО		3,20	5,00	80,70	376,00	130,00



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОП №1
"04" апреля 2025 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	15,74
<i>Каша гречневая жидкая</i>	200	8,6	10,2	30,3	247	30,69
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	5,9	61	16,44
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,44
<i>Салат "из капусты белокачанной"</i>	80	1,6	4,1	6,8	71	15,26
<i>Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной</i>	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	33,87
<i>Плов из птицы(с крупой перловой)</i>	240	13,1	12,3	41,6	330	71,47
<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	2,89
<i>Фрукт</i>	115	0,25	0	14	49,5	22,11
Итого		38,7	39	158,4	1130,8	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (мандарин)</i>	110	0,5	0,5	26	148	40,00
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	30,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	200	0,5	0,5	38	156	60,00
ИТОГО		4,9	2,5	68,8	351,8	130,00



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	9,9	111	22,43
<i>Каши из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	26	203	28,25
<i>Какао с молоком</i>	200	3,1	2,7	12,1	85	13,95
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Салат из свёклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	38,05
<i>Биточки рубленые из птицы запеченные</i>	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,35
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	28,45
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	16,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		40	47,4	169,3	1263	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	170	0,50	0,50	48,50	179,00	50,00
<i>Фрукт (мандарин)</i>	230	0,5	0,5	26	148	80,00
ИТОГО		1	1	74,5	327	130,00



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	25,27
<i>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	13,9	10,8	33	285	81,63
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	2,08
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	15,15
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	37,92
<i>Гуляш</i>	100	11	14,3	5,5	195	63,35
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
<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	2,89
Итого		41,3	41,8	158,7	1177	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (мандарин)</i>	100	0,2	0,2	13	74	35,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	180,00	0,50	0,50	48,50	179,00	55,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке (1шт)</i>	200,00	0,50	0,00	34,00	138,00	40,00
ИТОГО		1,20	0,70	95,50	391,00	130,00



Директор МАОУ ОСОП №1

"10" апреля 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (г р)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	13,51
<i>Сыр (порциями)</i>	10	2,9	4	0	48	12,1
<i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	40	3,6	2,2	48,8	229	26,09
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	23,8	186	27,85
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,81
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,44
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	54,9
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	90,02
<i>Сок</i>	200	0,3	0	22	89	16,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		36,2	43,2	167,4	1203	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4,0	11,2	89	25,00
<i>Йогурт промышленного производства</i>	115	4,5	1,7	5,5	55	60,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	180	0,5	0,5	38	156	45,00
ИТОГО		7,10	6,20	54,70	300,00	130,00



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	22,43
<i>Омлет натуральный</i>	200	22,7	20,5	2,4	285	48,01
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	15,9	97	11,52
<i>Фрукт</i>	105	0,5	0,5	37	156	22,65
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i>	250/10/10	4,4	5,9	7,8	102	32,81
<i>Курица запеченая</i>	90	13,8	13	0	172	72,33
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	18,98
<i>Компот из яблок</i>	200	0,2	0	16,9	68	11,59
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		52,8	58,2	154	1351	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Салат из моркови с огурцом</i>	80	0,9	4,0	3,3	53	30,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	40,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,50	0,50	48,50	179,00	60,00
ИТОГО		1,9	4,5	85,8	370	130,00



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	15,74
<i>Каша пшениная жидкая</i>	200	6,6	7,4	23,7	188	27,85
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	15,9	101	16,44
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Помидоры в собственном соку</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
<i>Котлеты из мяса</i>	90	11,2	11,3	14,2	203	51,81
<i>Овощи тушеные</i>	150	1,3	9,2	13,8	143	29,82
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	21,5	89	14,5
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		36,2	42,2	173,9	1219,8	246,10



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (к к)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	6,3	4,1	14,9	122	25,27
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	200	7,5	6,2	20,8	169	29,09
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	13,5	54	2,08
<i>Фрукт</i>	145	0,5	0,5	37	156	33,7
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
<i>Салат из огурцов с маслом</i>	80	0,7	4,1	1	44	19,75
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
<i>Рыбные палочки</i>	100	5	7,5	35	232	49,75
<i>Рис припущенный</i>	150	3,1	3,8	25,4	148	20,52
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	16,46
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		30,3	33,3	231,2	1351	246,1