УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"21" марта 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванем сахарный диабет с 1 по 4 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	10,6	114	22,43
Запеканка из творога с джемом диабетическим	180/20	12,1	10,2	23,7	235	78,75
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,81
Салат "Степной"из разных овощей	80	1,4	4,0	6	66	19,71
Суп картофельный с мясом	250/10	4,5	4,8	15,5	123	22,12
Шницель из мяса	90	11,2	11,3	13,1	199	68,74
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	14,19
Сок	200	0,1	0	25	100	16,46
Хлеб ржаной	40	1	1,6	18,8	84	2,89
Итого		*36,5*	*44,1*	*137,6*	*1084*	*246,1*

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"20" марта 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванем сахарный диабет с 1 по 4 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с джемом диабетическим	20/20	1,9	0,4	25,1	112	15,74
Каша гречневая жидкая	200	8,6	10,2	30,3	247	30,69
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	5,9	61	16,44
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	9,4	42	1,44
Салат "из капусты белокачанной"	80	1,6	4,1	6,8	71	15,26
Свекольник с мясными фрикадельками, со сметаной	250/15/5	4,4	5,9	10,5	113	33,87
Илов из птицы(с крупой перловой)	240	13,1	12,3	41,6	330	71,47
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	5,2	23	4,6
Хлеб ржаной	40	1	1,6	18,8	84	2,89
Фрукт	115	0,25	0	14	49,5	22,11
Итого		38,7	39	158,4	1130,8	246,1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ООШ №1

"19" марта 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванем 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	25,27
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	28,23
Фрукт	145	0,5	0,5	37	156	36,8
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	2,08
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Салат "Любительский"	80	2,2	4	4,7	64	29,76
Рассольник домашний с птицей, со сметаной	250/15/5	4,8	5,1	10,8	108	41,46
"Ёжики" из мяса с рисом	100	6,1	11,7	7,4	159	47,05
Макароны отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
Сок	200	0,2	0	23	93	16,46
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		31	36,8	207,1	1285	246,1

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

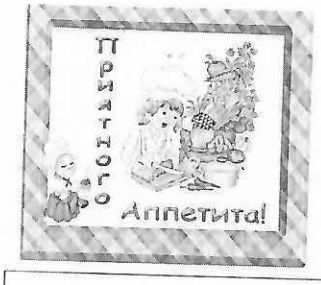
Наименование блюда	Выход, гр.	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Ккал	№ рецептуры
Бутерброд с маслом	20/10	1,87	7,1	10,6	114	22,43
Каша ячневая вязкая	200	7,6	8,2	31,7	175	28,18
Какао с молоком	180	3,1	2,7	4,1	83	13,98
Кондитерское изделие диабетического назначения	20	1	1,3	9,5	51	12,9
Салат из капусты с морковью	100	1,6	5	8,7	86	13,52
Суп с рыбными фрикадельками	250/100	12,9	7,2	20,6	199	6,88
Жаркое из птицы	200	17,5	11,5	11,7	220	17,79
Компот из плод	200	0,2	0	1,9	8	11,59
Хлеб ржаной	40	1	1,6	18,8	81	2,89
Итого		46,7	44,6	103,6	993	246,1

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"17" марта 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
Бутерброд с джемом диабетическим	20/20	1,9	0,4	25,1	112	15,74
Каша пшенная жидкая	200	6,6	7,4	23,7	188	27,85
Кофейный напиток	200	3,2	2,7	15,9	101	16,44
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Помидоры в собственном соку	80	0,5	0,2	3,4	17	18,25
Суп картофельный с крупой, с птицей	250/15	5,7	8,5	16,3	165	34,32
Котлеты из мяса	90	11,2	11,3	14,2	203	51,81
Овощи тушеные	150	1,3	9,2	13,8	143	29,82
Кисель из свежих ягод	200	0,3	0,2	21,5	89	14,5
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		36,2	42,2	173,9	1219,8	246,10



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"14" марта 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванем 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	25,27
Каша пшеничная жидкая	200	7,5	6,2	20,8	169	29,09
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	2,08
Фрукт	145	0,5	0,5	37	156	33,7
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Салат "Витаминный"	80	0,9	4,0	4,7	58	19,75
Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной	250/10/5	5	6,3	14,4	134	43,70
Рыбные палочки	100	5	7,5	35	232	49,75
Рис припущенный	150	3,1	3,8	25,4	148	20,52
Сок	200	0,5	0	34	138	16,46
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		*30,5*	*33,2*	*234,9*	*1365*	*246,1*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"13" марта 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванем сахарный диабет с 1 по 4 класс						
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	22,43
Омлет натуральный	200	22,7	20,5	2,4	285	48,01
Чай с молоком	200	2,8	2,5	15,9	97	11,52
Фрукт	125	0,5	0,5	37	156	30,26
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Салат из моркови с огурцом	80	0,9	4,0	3,3	53	12,8
Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной	250/10/10	4,4	5,9	7,8	102	32,81
Курица запеченая	90	13,8	13	0	172	57,92
Каша гречневая вязкая отварная	150	4,3	5,1	24,3	160	12,98
Компот из яблок	200	0,2	0	16,9	68	11,59
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		*53,7*	*62,2*	*157,3*	*1404*	*246,1*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"12" марта 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
Масло сливочное (порциями)	10	0,2	7,3	0,1	67	13,51
Сыр (порциями)	10	2,9	4	0	48	12,1
Кондитерское изделие диабетического назначения	40	3,6	2,2	48,8	229	26,09
Суп молочный с крупой	250	5,8	7,5	23,8	186	27,85
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,81
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	9,4	42	1,44
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	2,1	4	11,2	89	19,09
Уха рыбацкая	250/50	9,3	7,2	10,4	144	54,9
Мясо тушеное с картофелем	250	12,7	14,3	34,7	318	70,9
Сок	200	0,3	0	22	89	16,46
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		38,3	47,2	178,6	1292	246,10

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"11" марта 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванем 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	25,27
Запеканка из творога с джемом диабетическим	180/20	13,9	10,8	33	285	81,63
Чай с лимоном	200	0,1	0	13,5	54	2,08
Винегрет овощной	80	1	4	6,7	67	15,15
Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом	250/10/5	4,3	5,1	15,5	125	37,92
Гуляш	100	11	14,3	5,5	195	63,35
Макаронные изделия отварные	150	3,4	3,1	36,8	189	13,21
Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	15,2	63	4,60
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		*41,3*	*41,8*	*158,7*	*1177*	*246,1*

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ООШ №1

"10" марта 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванем сахарный диабет с 1 по 4 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	9,9	111	22,43
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	26	203	28,25
Какао с молоком	200	3,1	2,7	12,1	85	13,95
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,59
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Салат из свёклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,79
Суп с овощами и крупой, с мясом	250/10	5,8	4,8	8,3	100	38,05
Биточки рубленые из птицы запеченые	90	11,4	15,2	11,2	227,2	52,35
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	28,45
Сок	200	0,5	0	34	138	16,46
Хлеб ржаной	40	0,8	0,4	17,6	77	2,89
Итого		*40*	*47,4*	*169,3*	*1263*	*246,10*