



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	28,38
<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 "Пёстрый"</i>	80	0,8	4	5,1	60	39,68
<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
Итого		37,9	38,9	156,7	1119,8	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	180	2,18	0,66	45,68	178	60,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	170	0,5	0,5	38	156	50,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(Гинт)</i>	200	0,50	0,00	34,00	138,00	40,00
<i>Фрукт (Мандарин)</i>	70	2,18	0,66	45,68	178	35,00
ИТОГО		2,68	1,16	83,68	334	185,00



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭП (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

Л. Г.

"21" мая 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 маслом</i>	20/10	1,8	7,1	9,9	111	22,43
<i>Каша 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



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



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>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>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	19,09
<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	70,9
<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		38,3	47,2	178,6	1292	246,10