



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"15" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углевод ы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Кондитерское изделие промышленного производства диabetического назначения</i>	30	3,5	6,9	15	136,1	19,35
<i>Каша кукурузная жидкая</i>	250	7,6	8,9	46,5	297	30,18
<i>Какао с молоком</i>	200	3,4	3,2	16,1	106,8	19,73
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	150	0,2	0,3	8,6	37,9	38,8
<i>Винегрет овощной</i>	80	1,2	4,0	11,9	88,4	17,58
<i>Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной</i>	250/15/5	7,9	6,9	15,5	156	37,83
<i>Гуляш</i>	100	9,1	7,5	3,4	117,5	52,87
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<i>Компот из свежих плодов</i>	200	0,2	0	20,6	83,2	12,6
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		39	41,4	206,9	1357	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"12" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Фрукт(Яблоко)	250	4	1,6	15	90	67,82
Суп молочный с крупой "Солнечный"	250	6,6	6,6	21,8	173	22,79
Чай "Витаминный"	200	0,7	0,1	19,8	82,9	6,8
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Овощи консервированные в собственном соку	60	0,5	0,1	1	6,9	12,20
Суп картофельный с мясом	250/15	6,7	6,4	15,5	146	32,82
Колбаски из говядины и свинины запеченные с сыром	100	12,2	15,2	6,8	213	68,7
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	150	4,2	4,6	36,4	204	15,6
Компот из ягод замороженных	200	0,2	0,2	16,2	67,4	14,69
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		37,2	35,1	160,7	1107,1	246,1

2 штуки



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"11" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углевод ы (гр)	ЭЦ (гр)	цена
<i>Кондитерское изделие промышленного производства диabetического назначения</i>	40	1,9	3,8	29	158	16,51
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	250	9,4	7,8	31	232	34,68
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	15,76
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	34,46
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Салат из соленых огурцов с маслом</i>	80	0,6	4,1	1,3	45	15,25
<i>Суп сырный с мясом</i>	250/15	6,5	8,7	23,7	199	40,62
<i>Рыба припущенная с маслом</i>	100/5	12,7	12	3,7	174	50,55
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,7	0	23,9	98,4	4,80
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		44	46,6	187,1	1345	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"10" сентября 2025г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углевод ы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Нагетсы из курицы запеченные</i>	90	12,6	14,2	5,2	199	68,76
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	0,7	3	4,76
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Овощи свежие порциями (Помидоры)</i>	60	0,5	0,1	1,1	6,8	18,60
<i>Уха рыбацкая</i>	250/60	10,8	4,9	12,2	136	35,97
<i>Гуляш из говядины</i>	100	9,1	7,5	3,4	117,5	69,29
<i>Рис припущенный</i>	180	4,4	4,3	35	196,6	17,04
<i>Компот из свежих плодов</i>	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		43,6	34,67	147,5	1076,2	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"09" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углевод ы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с джемом диабетическим	45	1,9	0,4	25,1	112	15,84
Омлет натуральный	200	17,5	20,5	2,4	264	55,85
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,8
Йогурт промышленного производства	95	3,9	1,5	4,8	47,8	35,57
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Салат из свеклы с зеленым горошком	80	1,2	4,2	8,2	75	12,7
Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	250/15	6,3	6,8	16,8	154	31,98
Биточки из мяса	100	12,4	12,6	15,8	226	68,28
Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком	180	6,8	5,5	44	252,7	15,6
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	14,1	59	4,8
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		52,9	51,8	160	1317,4	246,1



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"08" сентября 2025 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углевод ы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Гутерброд с маслом с сыром	55	4,3	9,7	10,7	147	43,79
Вермишель в молоке	250	7,9	6,9	23,7	189	34,80
Яйца вареные	40	5,1	4,6	0,3	63	13,44
Чай с лимоном	200	0,1	0	0,7	3	2,82
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Овощи свежие (огурцы)	60	0,5	0,1	1,3	7,9	11,75
Суп овощной с мясом со сметаной	250/15	5,7	8,5	16,3	165	41,99
Бедро куриное запеченное	100	15,5	15,1	0,7	200,7	48,1
Картофель, толченый, по-деревенски	180	4,9	7,7	33	220,9	32,29
Сок томатный	200	0,5	0	34	138	12,44
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		46,6	52,9	148,9	1258	246,10



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	22,34
<i>Каша пшенная жидкая</i>	250	6,4	9,1	27	216	43,76
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,8
<i>Хлеб пшеничный</i>	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	145	0,2	0,3	8,6	37,9	36,57
<i>Овощи свежие порциями (Помидоры)</i>	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,25
<i>Рассольник Ленинградский с птицей со сметаной</i>	250/15/5	5,4	6,5	12,7	131	31,29
<i>Котлета по-хлыновски</i>	100	14,1	14,5	12,7	237,7	74,13
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,7	0	23,9	98,4	4,8
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		40,7	39,07	169,5	1192,5	246,10



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	67	15,2
Кондитерское изделие промышленного производства диетического назначения	80	4,8	2,9	61,5	291	34,29
Каша из овсянных хлопьев "Геркулес" жидкая	200	7,5	7,7	26	203	33,47
Какао с молоком	200	3,8	3,5	5,9	70	20,37
Салат из свеклы с чесноком	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
Суп из овощей с мясом со сметаной	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	34,9
Плов из мяса (с крупой перловой)	200	12,5	13,7	36,5	319,3	83,4
Сок томатный	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		39,3	45,6	188,8	1322,9	246,10



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс						
Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углево ды (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	17,54
Запеканка "Царская" из творога с джемом диабетическим	180/20	12,5	9	35,7	273,8	89,36
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,8
Овоц : свежие порциями (Помидоры)	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,5
Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками	250/15/20	9,8	4,8	32,5	212	33,75
Гречка по-купечески с мясом	200	12,2	18,2	30,2	333	73,59
Сок томатный	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		39,2	39,67	155,4	1135	246,1



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 5 по 11 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	61,7
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Кофейный напиток	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Салат из огурцов с маслом	60	0,5	3	1	33,8	16,42
Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	31,72
Треугольники рыбные	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
Пюре картофельное	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	14,52
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	1,56
Итого		44,8	47	172,8	1295	246,10