

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

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Каша пшениная жидкая</i>	250	6,6	7,4	23,7	188	40,49
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	240	4	1,6	15	90	62,83
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	12,5	50	2,82
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Овощи свежие (огурцы)</i>	60	0,5	0,1	1,3	7,9	15,25
<i>Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной</i>	250/15/5	6,4	7,3	16,7	158	34,72
<i>Жаркое по-домашнему</i>	250	19,9	16,8	31	355	72,87
<i>Сок томатный</i>	200	0,4	0	22	90	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		40	33,5	150,4	1063	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	160	0,2	0,3	8,6	37,9	40,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	300	0,4	0,6	17,2	75,8	85,00
ИТОГО		0,6	0,9	25,8	113,7	125,00

2 штуки



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	27,81
<i>Суп молочный с макаронными изделиями</i>	250	8,1	7,4	22,5	189	31,19
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	130	0,2	0,3	7,5	33	29,85
<i>Салат из свеклы отварной</i>	80	1,3	4,1	6,6	69	9,00
<i>Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной</i>	250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	33,83
<i>Люля-кебаб из птицы, с маслом</i>	100/5	14,6	15,5	1,2	202,7	68,5
<i>Каша гречневая рассыпчатая</i>	180	3,7	5,5	50	264,3	19,4
<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		46,2	47,5	177,4	1321	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Груша)</i>	160	2,18	0,66	45,68	178	55,00
<i>Фрукт (мандарин)</i>	200	0,4	0,4	28	117	70,00
ИТОГО		2,58	1,06	73,68	295	125,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"15" октября 2025г

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>Кондитерское изделие промышленного производства диabetического назначения</i>	20	1,4	2,5	17	96,1	17,41
<i>Каша гречневая вязкая</i>	250	10,5	12,9	46,1	343	36,14
<i>Чай с молоком без сахара</i>	200	2,8	2,5	15,1	94,1	13,26
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	125	0,2	0,3	7,5	33	28,43
<i>Солянка с мясом со сметаной</i>	250/10/5	6,8	7,9	12,5	148	43,52
<i>Паста "Карбонара" с птицей</i>	270	16,8	18,2	42,2	400	92,3
<i>Напиток из плодов шиповника</i>	200	0,2	0	22,2	89,8	10,36
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		40,8	44,6	190,8	1328	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Овощи свежие порциями (Помидоры)</i>	60	0,5	0,1	1,1	6,8	20,00
<i>Фрукт (мандарин)</i>	95	0,1	0,1	17	94	40,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	220	0,4	0,4	17,2	75,8	65,00
ИТОГО		1	0,57	35,3	176,6	125,00



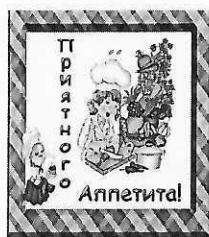
УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"16" октября 2025г

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 маслом с сыром</i>	60	6,5	10,7	11,9	170	33,20
<i>Каша ячневая жидкая</i>	250	8,9	8,2	29,8	229	32,3
<i>Кофейный напиток</i>	200	2,3	2,5	14,8	90,9	17,04
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	110	0,1	0,2	6,5	29	15,06
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Салат из моркови с огурцом</i>	80	0,5	3	1	33,8	14,14
<i>Рассольник с мясом, со сметаной</i>	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	37,97
<i>Голыбы ленивые, запеченные с соусом</i>	120	13,9	12,8	7,9	202	63,35
<i>Каша ячневая рассыпчатая</i>	180	4,1	5,8	36,9	216	15,92
<i>Сок томатный</i>	200	0,4	0	22	90	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		44	49,4	171,2	1308	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Груша)</i>	180	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	220	0,4	0,4	17,2	75,8	65,00
ИТОГО		0,6	0,7	25,8	113,7	125,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОП №1

"17" октября 2025г

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>Каши 5 злаков жидкая</i>	250	8,8	9,1	34,7	256	43,26
<i>Чай без сахара</i>	200	0,2	0	15	60,8	0,8
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Овощи свежие (огурцы)</i>	60	0,5	0,1	1,3	7,9	15,25
<i>Суп картофельный с птицей</i>	250/15	5	5,5	16,8	137	38,68
<i>Наггетсы из курицы запеченные</i>	105	12,6	14,2	5,2	199	82,76
<i>Каши гречневая рассыпчатая</i>	180	3,7	5,5	50	264,3	23,64
<i>Компот из ягод замороженных</i>	200	0,2	0,2	16,2	67,4	14,69
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		40,2	39,6	182,3	1246,3	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	40,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	180	0,2	0,3	8,6	37,9	45,00
ИТОГО		4,6	1,8	47,4	223,7	125,00