



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>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,1	7,3	0,1	67	15,2
<i>Кондитерское изделие промышленного производства диабетического назначения</i>	80	4,8	2,9	61,5	291	34,29
<i>Каша из овсянных хлопьев "Геркулес" жидкая</i>	200	7,5	7,7	26	203	33,47
<i>Какао с молоком</i>	200	3,8	3,5	5,9	70	20,37
<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	8,92
<i>Суп из овощей с мясом со сметаной</i>	250/15/5	7,7	6,3	12,5	138	34,9
<i>Плов из мяса (с крупой перловой)</i>	200	12,5	13,7	36,5	319,3	83,4
<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		39,3	45,6	188,8	1322,9	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 СОШ №1

Октябрь 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>Наггетсы из курицы запеченные</i>	90	12,6	14,2	5,2	199	61,7
<i>Макаронные изделия отварные</i>	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
<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>Салат из огурцов с маслом</i>	60	0,5	3	1	33,8	16,42
<i>Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной</i>	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	31,72
<i>Треугольники рыбные</i>	100	14,1	11,8	9,5	201	58,75
<i>Пюре картофельное</i>	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
<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	1,56
Итого		44,8	47	172,8	1295	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	40,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	300	0,4	0,6	17,2	75,8	85,00
ИТОГО		4,3	2,1	22	123,6	125,00



2025г

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
<i>Бутерброд с маслом</i>	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	17,54
<i>Запеканка "Царская" из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	12,5	9	35,7	273,8	89,36
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,8
<i>Овощи свежие порциями (Помидоры)</i>	60	0,5	0,1	1,1	6,8	15,5
<i>Суп картофельный с бобовыми с мясом с гренками</i>	250/15/20	9,8	4,8	32,5	212	33,75
<i>Гречка по-купечески с мясом</i>	200	12,2	18,2	30,2	333	73,59
<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		39,2	39,67	155,4	1135	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	115	0,1	0,2	4,2	17,5	35,00
<i>Фрукт (мандарин)</i>	90	0,2	0,2	14	58	50,00
ИТОГО		0,8	0,4	52,2	213,5	125,00