



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU OSOSh №1

"16" марта 2026 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
<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>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	92,30
<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		38,2	41,6	183,3	1260,9	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Салат из свеклы с чесноком</i>	80	1,1	4,0	5,5	62	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	210	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

№17 марта 2026 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
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/20	7,1	4,7	14,9	130	22,34
<i>Каша пшеничная 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 ржаной</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>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	89,38
<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		40,2	39	168,4	1185,7	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Овощи свежие с зеленью (помидоры)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	45,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(Гит)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	150	0,2	0,3	8,6	37,9	35,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00



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>Бутерброд с маслом с сыром</i>	55	4,3	9,7	10,7	147	43,79
<i>Вермишель в молоке</i>	250	7,9	6,9	23,7	189	33,80
<i>Яйца вареные</i>	40	5,1	4,6	0,3	63	13,44
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	0,7	3	2,82
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Суп домашний с мясом со сметаной</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	42,99
<i>Бедро куриное запеченное</i>	100	15,5	15,1	0,7	200,7	59,85
<i>Картофель, толченый, по-деревенски</i>	180	4,9	7,7	33	220,9	32,29
<i>Сок томатный</i>	200	0,5	0	34	138	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		46,1	52,8	147,6	1251	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Овощи свежие (огурцы)</i>	60	0,5	0,1	1,3	7,9	20,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	250	0,2	0,3	8,6	37,9	90,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	110,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"19" марта 2026 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>Омлет натуральный</i>	200	17,5	20,5	2,4	264	66,29
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	2,7
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	35,57
<i>Хлеб ржаной</i>	40	0,7	0,1	9,4	41,3	3,12
<i>Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом</i>	250/15	6,3	6,8	16,8	154	31,98
<i>Биточки из мяса</i>	100	12,4	12,6	15,8	226	70,00
<i>Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком</i>	180	6,8	5,5	44	252,7	26,58
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,7	0	14,1	59	6,72
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		49,8	47,2	126,7	1130,4	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Бутерброд с джемом диабетическим</i>	45	1,9	0,4	25,1	112	25,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	150	0,2	0,3	8,6	37,9	35,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	170	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
ИТОГО		2,3	1	42,3	187,8	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"20" марта 2026 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>Шюре 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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	420	0,4	0,6	17,2	75,8	120,00
ИТОГО		0,4	0,6	17,2	75,8	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"23" марта 2026 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>Наггетсы из курицы запеченные</i>	90	12,6	14,2	5,2	199	87,36
<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>Уха рыбацкая</i>	250/60	10,8	4,9	12,2	136	35,97
<i>Гуляш</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		43,1	34,6	146,4	1069,4	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Овощи свежие с зеленью (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	250	0,2	0,3	8,6	37,9	90,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1
"24" марта 2026 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
<i>Суп молочный с крупой "Солнечный"</i>	250	6,6	6,6	21,8	173	22,79
<i>Чай "Витаминный"</i>	200	0,7	0,1	19,8	82,9	6,8
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Суп картофельный с мясом</i>	250/15	6,7	6,4	15,5	146	32,82
<i>Колбаски из говядины и свинины запеченные с сыром</i>	100	12,2	15,2	6,8	213	69,92
<i>Каша гречневая рассыпчатая с морковью и чесночком</i>	150	4,2	4,6	36,4	204	26,58
<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		36,7	35	159,7	1100,2	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Овощи свежие (огурцы)</i>	60	0,5	0,1	1,3	7,9	20,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(1шт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	210	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1
"25" марта 2026 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
<i>Кондитерское изделие промышленного производства диabetического назначения</i>	30	3,5	6,9	15	136,1	21,21
<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	36,94
<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	70,45
<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		37,8	37,4	195	1268,6	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Винегрет овощной</i>	80	1,2	4,0	11,9	88,4	20,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	160	0,2	0,3	8,6	37,9	40,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	210	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
ИТОГО		1,8	4,9	37,7	202,1	120,00



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 джемом диабетическим</i>	45	1,9	0,4	25,1	112	15,84
<i>Омлет натуральный</i>	150	13,7	15,4	1,8	201	55,85
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,8
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	31,13
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Суп картофельный с рыбой</i>	250/50	7,7	5,2	12,9	129	36,7
<i>Плов из птицы(с крупой перловой)</i>	250	15,8	16,9	46,1	400	97,86
<i>Компот из сухофруктов</i>	200	0,7	0	23,9	98,4	4,80
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Итого		45,2	39,6	134	1073,8	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Салат из свежих огурцов с маслом</i>	80	1	5,1	3,5	63,9	30,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	140	0,2	0,3	8,6	37,9	30,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	210	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"27" марта 2026 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
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,1	7,3	0,1	67	15,2
<i>Сыр (порциями)</i>	20	9	5,3	0	84	26,25
<i>Каша пшеничная жидкая</i>	250	9,4	7,8	31	232	41,05
<i>Чай "Витаминный"</i>	200	0,7	0,1	19,8	82,9	6,76
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
<i>Фрукт(Яблоко)</i>	115	0,1	0,2	6,5	29	18,44
<i>Суп картофельный с клецками с мясом</i>	250/15	5,5	6,5	12,8	132	30,7
<i>Треугольники рыбные</i>	100	13,5	12,7	10,7	211	63,35
<i>Овощи отварные</i>	180	3,9	5,9	26,7	176	28,79
<i>Сок томатный</i>	200	0,4	0	22	90	12,44
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Итого		44	46	148,4	1187	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	420	0,4	0,6	17,2	75,8	120,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00