



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"13" апреля 2026 г

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>Запеканка "Царская" из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	12,5	9	35,7	273,8	106,9
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,8
<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	89,09
<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		36,4	32,2	139,8	994,4	246,1
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Бутерброд с маслом</i>	30/10	2,3	7,4	14,5	133,8	20,00
<i>Йогурт промышленного производства</i>	95	3,9	1,5	4,8	47,8	40,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	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
Лагу "15" апреля 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 диabetического 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 (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
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.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Наггетсы из курицы запеченные</i>	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
<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>	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
<i>Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной</i>	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	32,56
<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		45	44,1	181,2	1303	246,10
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
ИТОГО		0,6	0,9	25,8	113,7	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ СОШ №1

"16" апреля 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 (огурцы)</i>	80	0,6	0,1	1,5	9	30,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	270	0,2	0,3	8,6	37,9	90,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"17" апреля 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>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>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(Лит)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	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
"20" апреля 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	20,00
<i>Фрукт (Груша)</i>	190	0,2	0,3	8,6	37,9	60,00
<i>Сок 0,2 в индивидуальной упаковке(Ишт)</i>	200	0,5	0	34	138	40,00
ИТОГО		2,6	0,7	67,7	287,9	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU OSOSh №1

"21" апреля 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>Гуляши</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 (Апельсин)</i>	300	0,4	0,6	17,2	75,8	90,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00



УТВЕРЖДАЮ

Директор MAOU OSOSh №1
"22" апреля 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 диабетического 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
УЛУЧШЕНИЕ ПИТАНИЯ						
<i>Фрукт (Яблоко)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
<i>Фрукт (Апельсин)</i>	200	0,4	0,6	17,2	75,8	60,00
ИТОГО		5,6	6,3	29,9	199,4	120,00