

УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ ОСОШ №1

"05" ноября 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
Кондитерское изделие промышленного производства диабетического назначения	30	3,5	6,9	15	136,1	21,21
Каша кукурузная жидкая	250	7,6	8,9	46,5	297	30,18
Какао с молоком	200	3,4	3,2	16,1	106,8	19,73
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Фрукт(Яблоко)	150	0,2	0,3	8,6	37,9	36,94
Суп крестьянский с крупой с мясом и сметаной	250/15/5	7,9	6,9	15,5	156	37,83
Гуляш	100	9,1	7,5	3,4	117,5	70,45
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Компот из свежих плодов	200	0,2	0	20,6	83,2	12,6
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		*37,8*	*37,4*	*195*	*1268,6*	*246,1*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"06" ноября 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
Бутерброд с джемом диабетическим	45	1,9	0,4	25,1	112	15,84
Омлет натуральный	150	13,7	15,4	1,8	201	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	31,13
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Суп картофельный с рыбой	250/50	7,7	5,2	12,9	129	36,7
Плов из птицы(с крупой перловой)	250	15,8	16,9	46,1	400	97,86
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	4,80
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Итого		*45,2*	*39,6*	*134*	*1074*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"09" ноября 2026 г

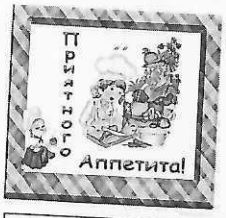
МАОУ ОСОШ №1

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



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"10" ноября 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
Бутерброд с сыром	30\20	7,1	4,7	14,9	130	27,81
Суп молочный с макаронными изделиями	250	8,1	7,4	22,5	189	31,19
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
Фрукт(Яблоко)	130	0,2	0,3	7,5	33	29,85
Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	250/15/5	6,1	7,2	7,8	120	42,83
Люля-кебаб из птицы, с маслом	100/5	14,6	15,5	1,2	202,7	68,5
Каша гречневая рассыпчатая	180	3,7	5,5	50	264,3	19,4
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	4,80
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		*44,9*	*43,4*	*170,8*	*1252*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ООШ №1
"11" ноября 2026 г

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

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы	ЭЦ (гр)	Цена
Каша пшенная жидкая	250	6,6	7,4	23,7	188	40,49
Фрукт(Яблоко)	240	4	1,6	15	90	62,83
Чай с лимоном	200	0,1	0	12,5	50	2,82
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Борщ с капустой и картофелем, с мясом со сметаной	250/15/5	6,4	7,3	16,7	158	43,72
Жаркое по-домашнему	250	19,9	16,8	31	355	79,12
Сок томатный	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		39,5	33,4	149,1	1055	246,10

2 штуки



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"12" ноября 2026 г

МАОУ ОСОШ №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
Кондитерское изделие промышленного производства диабетического назначения	20	1,4	2,5	17	96,1	17,41
Каша гречневая вязкая	250	10,5	12,9	46,1	343	36,14
Чай с молоком без сахара	200	2,8	2,5	15,1	94,1	13,26
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Фрукт(Яблоко)	125	0,2	0,3	7,5	33	28,43
Солянка с мясом со сметаной	250/10/5	6,8	7,9	12,5	148	43,52
Паста "Карбанара" с птицей	270	16,8	18,2	42,2	400	92,3
Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0	22,2	89,8	10,36
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		*40,8*	*44,6*	*190,8*	*1328*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"13" ноября 2026 г

МАОУ ОСОШ №1

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

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (ккал)	Цена
Бутерброд с сыром	30\20	7,1	4,7	14,9	130	22,34
Каша 5 злаков жидкая	250	8,8	9,1	34,7	256	48,26
Чай без сахара	200	0,2	0	15	60,8	0,8
Хлеб ржаной	20	0,7	0,1	9,4	41,3	1,56
Суп картофельный с птицей	250/15	5	5,5	16,8	137	48,93
Наггетсы из курицы запеченные	100	12,6	14,2	5,2	199	81,82
Каша гречневая рассыпчатая	180	3,7	5,5	50	264,3	24,58
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		*39,7*	*39,5*	*181*	*1238,4*	*246,1*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"16" ноября 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**
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
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	89,09
Сок томатный	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		*38,7*	*39,6*	*154,3*	*1128,2*	*246,1*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"17" ноября 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
Наггетсы из курицы запеченные	90	12,6	14,2	5,2	199	77,28
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	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Борщ с мелкошинкованными овощами с птицей и сметаной	250/15/5	5,2	5,9	12,2	123	32,56
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		*45*	*44,1*	*181,2*	*1303*	*246,10*



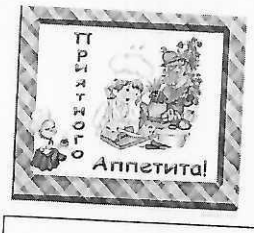
УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"18" ноября 2026 г

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
Масло сливочное (порциями)	10	0,1	7,3	0,1	67	15,2
Кондитерское изделие промышленного производства диабетического назначения	80	4,8	2,9	61,5	291	34,29
Каша из овсяных 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
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	92,30
Сок томатный	200	0,4	0	22	90	12,44
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		*38,2*	*41,6*	*183,3*	*1260,9*	*246,10*



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"19" ноября 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
Бутерброд с сыром	30/20	7,1	4,7	14,9	130	22,34
Каша пшенная жидкая	250	6,4	9,1	27	216	43,76
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,8
Хлеб ржаной	20	1	0,3	8,1	38,9	1,56
Фрукт(Яблоко)	145	0,2	0,3	8,6	37,9	36,57
Рассольник Ленинградский с птицей со сметаной	250/15/5	5,4	6,5	12,7	131	31,29
Котлета по-хлыновски	100	14,1	14,5	12,7	237,7	89,38
Макаронные изделия отварные	180	3,8	3,4	41,1	210,2	12,48
Компот из сухофруктов	200	0,7	0	23,9	98,4	4,8
Хлеб ржаной	40	1,4	0,2	18,8	82,6	3,12
Итого		***40,2***	***39***	***168,4***	***1185,7***	***246,10***



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"20" ноября 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
Бутерброд 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	33,80
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
Суп домашний с мясом со сметаной	250/15	5,7	8,5	16,3	165	42,99
Бедро куринное запеченное	100	15,5	15,1	0,7	200,7	59,85
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		*46,1*	*52,8*	*147,6*	*1251*	*246,10*