



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	20/10	1,8	7,1	10,6	114	11,54
<i>Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом</i>	200	7,5	7,7	23	191	24,17
<i>Какао с молоком</i>	180	3,1	2,7	4,1	53	10,45
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,00
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Помидоры (свежие)</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	26,24
<i>Суп с овощами и крупой, с мясом</i>	250/10	5,8	4,8	8,3	100	29,05
<i>Биточки рубленые из птицы запеченные</i>	100	10,8	10,9	5,4	162,9	43,77
<i>Пюре картофельное</i>	150	3,3	3,6	22,3	135	13,75
<i>Фрукт (апельсин)</i>	200	0,5	0,5	37,2	155,6	35
<i>Сок</i>	200	0,5	0	34	138	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		39,2	40,9	181,3	1240,3	263,58



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ООШ №1
"07" марта 2023 г.

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	4,6	3,2	17,4	117	19,36
<i>Запеканка из творога с джемом диабетическим</i>	180/20	12,1	10,2	23,7	235	83,56
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	1,5	6	2,01
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,70
<i>Сок 0,2</i>	200	0,5	0	34	138	30,4
<i>Винегрет овощной</i>	80	1	4	6,7	67	11,95
<i>Борщ из свежей капусты с картофелем, со сметаной с мясом</i>	250/10/5	4,3	5,1	15	123	27,33
<i>Гуляш из говядины</i>	100	11	14,3	5	193	59,79
<i>Макаронные изделия отварные</i>	150	3,4	3,1	36,8	189	9,44
<i>Компот из смеси сухофруктов</i>	200	0,5	0	5,2	23	4,6
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		38,9	41,9	192,1	1292	271,95



УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ОСОШ №1
 "09" марта 2023 г.

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Масло сливочное (порциями)</i>	10	0,2	7,3	0,1	67	9,98
<i>Сыр (порциями)</i>	10	3,9	2,5	0	38	10,64
<i>Кондитерское изделие диabetического назначения</i>	40	3,6	2,2	48,8	229	19,8
<i>Суп молочный с крупой</i>	250	5,8	7,5	20,8	174	20,41
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,7
<i>Чай без сахара</i>	200	0,1	0	0,6	3	0,57
<i>Салат из свеклы с зеленым горошком</i>	80	2,1	4	11,2	89	17,82
<i>Уха рыбацкая</i>	250/50	9,3	7,2	10,4	144	30,71
<i>Мясо тушеное с картофелем</i>	250	12,7	14,3	34,7	318	64,79
<i>Сок</i>	200	0,1	0	22,9	92	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		39,7	47,3	205,7	1397	230,03



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"10" марта 2023 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	20/10	1,8	7,1	10,6	114	11,54
<i>Омлет натуральный</i>	200	22,7	20,5	2,4	285	47,26
<i>Чай с молоком</i>	200	2,8	2,5	5,9	57	10,03
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,7
<i>Салат из моркови с огурцом</i>	80	0,9	4,0	3,3	53	10,13
<i>Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом, со сметаной</i>	250/10/5	4,4	5,9	7,8	102	23,45
<i>Курица запеченая</i>	90	13,8	13	0	172	46,89
<i>Каша гречневая вязкая отварная</i>	150	4,3	5,1	24,3	160	12,79
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	1,9	8	16,38
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		52,3	60,1	103	1152	201,98



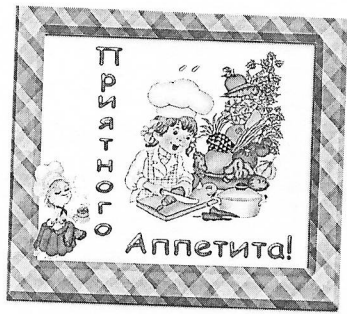
МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с сыром</i>	30/15	4,6	3,2	17,4	117	19,36
<i>Каша пшениная жидкая с маслом</i>	200	4,8	6,9	25,1	182	25,16
<i>Чай с лимоном</i>	200	0,1	0	1,5	6	2,01
<i>Фрукт (яблоко)</i>	150	0,4	0,4	28	117	20,7
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Нарезка из свежих овощей с маслом</i>	80	0,7	4	2,5	49	25,58
<i>Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной</i>	250/10/5	5	6,3	14,4	134	34,14
<i>Рыба запеченная</i>	90	13,1	10,5	2,8	158	45,87
<i>Каша ячневая рассыпчатая</i>	150	3,7	3,8	30,2	170	15,33
<i>Сок</i>	200	0,1	0	25	100	30,4
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		34	37	175,1	1159	222,76



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
<i>Бутерброд с желем диетическим</i>	20/20	1,9	0,4	25,1	112	20,05
<i>Каша гречневая жидкая</i>	200	8,6	10,2	30,3	247	28,78
<i>Кофейный напиток</i>	200	3,2	2,7	5,9	61	14,36
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,00
<i>Хлеб ржаной</i>	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
<i>Помидор свежий</i>	80	0,5	0,2	3,4	17	26,24
<i>Суп картофельный с крупой, с птицей</i>	250/15	5,7	8,5	16,3	165	25,82
<i>Котлеты из мяса</i>	90	11,2	11,3	13,1	199	56,94
<i>Овощи тушеные</i>	150	1,3	9,2	13,8	143	11,48
<i>Кисель из свежих ягод</i>	200	0,3	0,2	7,7	33,8	14,15
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		38,1	46,1	148,6	1151,6	237,03



УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ ОСОШ №1
"15" марта 2023 г

МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр)	Цена
Бутерброд с маслом	20/10	1,8	7,1	10,6	114	11,54
Каша из овсяных хлопьев "Геркулес" жидкая с маслом	200	7,5	7,7	23	191	24,2
Чай без сахара	200	0,1	0	0,6	3	0,57
Фрукт (Яблоко)	150	0,4	0,4	28	117	20,7
Кондитерское изделие диетического назначения	40	3,6	2,2	48,8	229	19,8
Хлеб ржаной	20	0,5	0,3	9,4	42	1,4
Овощи консервированные без уксуса (огурцы)	80	0,7	0,1	1,2	9	33,58
Суп гороховый с мясом и гречками ржаными	250/10/20	6,5	4,8	32,5	199	28,95
Биточки рыбные	100	13,2	5,1	16,9	166	31,09
Пюре картофельное	150	3,3	3,6	22,3	135	13,75
Компот из сухофруктов	200	0,5	0	5,2	23	4,6
Хлеб ржаной	40	1	1,6	18,8	84	2,81
Итого		39,1	32,9	217,3	1312	192,99



МЕНЮ для учащихся с заболеванием сахарный диабет с 1 по 4 класс

Наименование блюда	Выход (гр.)	Белки (гр.)	Жиры (гр.)	Углеводы (гр.)	ЭЦ (гр.)	Цена
<i>Бутерброд с маслом</i>	20/10	1,8	7,1	10,6	114	11,54
<i>Каша ячневая жидкая</i>	200	7,6	8,2	17,7	175	24,42
<i>Какао с молоком</i>	180	3,1	2,7	4,1	53	10,45
<i>Йогурт промышленного производства</i>	100	3,9	1,5	4,8	47,8	35,00
<i>Кондитерское изделие диабетического назначения</i>	20	1	1,3	9,5	54	19,8
<i>Салат из капусты с морковью</i>	100	1,6	5	8,7	86	7,90
<i>Суп с рыбными фрикадельками</i>	250/100	12,9	7,2	20,6	199	58,59
<i>Жаркое из птицы</i>	200	17,5	11,5	11,7	220	44,08
<i>Компот из ягод</i>	200	0,2	0	1,9	8	16,38
<i>Хлеб ржаной</i>	40	1	1,6	18,8	84	1,4
Итого		50,6	46,1	108,4	1040,8	229,56