

Составлено:
 Директор МБОУ Лицей №2
 А.В.Величкина
 02.02.2025г.

Утверждаю:

Генеральный директор

АО "КШП-Глобус"

" 27 " 2025г.



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ
 АО"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»
 1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп -лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148
Мясо отварное	100	21,28	13,3	0	204	374
Каша гречневая вязкая	150	4,8	7,05	25,65	180	510
Напиток из кураги (без сахара)	200			15,4	60	11.6.a
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	730	34,57	26,09	89,07	722	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рассольник со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Пудинг из птицы(фарш куриный)	90	14,79	6,6	8,56	153	акт
Рагу из овощей	195	4,13	18,04	28,04	261	204
Напиток из ягод без сахара(вишня)	200		0,1	2,2	10	акт
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	765	27,08	29,55	89,81	710	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,66	4,91	10,56	92	110
Ризотто с мясом (булгур)	270	13,9	14,41	47,87	376	акт
Напиток из сухофруктов (без сахара)	200			15,4	60	11.6.a
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	750	21,81	20,42	110,73	710	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с клецками	200	3,98	4,08	23,38	146	228
Фрикасе из птицы	90	18,8	9,2	9,8	197	акт
Каша гречневая вязкая	160	4,94	5,34	22,23	157	510
Морковь отварная	60	0,7	0,048	3,68	24	32
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	790	34,67	19,768	96,59	708	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной	200	1,66	3,63	9,16	88	135
Котлеты	90	12,35	21,6	0,85	256	акт
Картофель отварной	180	3,6	6,44	30,94	198	164
Напиток из ягод(красная смородина)	200	0,2	0,1	2,4	12	акт
Хлеб пшеничный	30	2,4	0,3	15	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	750	24,21	32,57	80,85	736	

Среднее значение за период:

28,47

25,68

93,41

717

- Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможны изменения в меню