



**ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ  
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ  
 (С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)  
 АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"**

**1 НЕДЕЛЯ**

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД   | Масса порций | Пищевые вещества (г) |              |              | ЭЦ (ккал)  | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|--------------|--------------|------------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж            | У            |            |             |
| Горячий бутерброд с сыром (хлеб ржаной)                           | 70           | 7,48                 | 9,16         | 24,57        | 211        | акт         |
| Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом и фруктами (без сахара) | 230          | 9,59                 | 9,33         | 36,8         | 236        | 174         |
| Чай с молоком (без сахара)  | 200          | 1,66                 | 1,27         | 0,9          | 37         | 378         |
| <b>Итого</b>  |              | <b>18,73</b>         | <b>19,76</b> | <b>62,27</b> | <b>484</b> |             |

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД                     | Масса порций | Пищевые вещества (г) |              |              | ЭЦ (ккал)  | № рецептуры |
|---------------------------------------|--------------|----------------------|--------------|--------------|------------|-------------|
|                                       |              | Б                    | Ж            | У            |            |             |
| Пудинг из птицы с соусом              | 90           | 12,56                | 6,03         | 7,42         | 159        | акт         |
| Макаронные изделия отварные           | 180          | 6,98                 | 5,39         | 44,5         | 255        | 516         |
| Напиток фруктово-ягодный (без сахара) | 200          | 0,2                  | 0,2          | 4,36         | 70         | акт         |
| Хлеб ржаной                           | 30           | 2,25                 | 0,75         | 14,7         | 75         |             |
| <b>Итого</b>                          |              | <b>21,99</b>         | <b>12,37</b> | <b>70,96</b> | <b>559</b> |             |

ДЕНЬ: СРЕДА  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД      | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                        |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Тефтели (2 в) с соусом | 110          | 8,49                 | 12,75 | 11,04 | 173       | 462         |
| Сложный овощной гарнир | 160          | 4,64                 | 11,68 | 22,72 | 197       | акт         |



|  |     |       |       |       |     |     |
|--|-----|-------|-------|-------|-----|-----|
| Компот из смеси сухофруктов (без сахара) | 200 | 0,6   | 0,06  | 9,79  | 62  | акт |
| Хлеб ржаной                              | 30  | 2,25  | 0,75  | 14,7  | 75  |     |
| Итого                                    |     | 15,98 | 25,24 | 58,25 | 507 |     |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД              | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--------------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                                |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Запеканка творожная            | 200          | 28,13                | 10,55 | 30,74 | 365       | 31          |
| Чай без сахара                 | 200          |                      |       | 0,3   | 3         | 685         |
| Фрукты запеченные (без сахара) | 100          | 0,2                  |       | 9,6   | 42        | акт         |
| Хлеб ржаной                    | 30           | 2,25                 | 0,75  | 14,7  | 75        |             |
| Итого                          |              | 30,58                | 11,3  | 55,34 | 518       |             |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД           | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                             |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Азу                         | 90           | 8,01                 | 19,8  | 8,73  | 234       | акт         |
| Каша гречневая вязкая       | 180          | 5,55                 | 6,01  | 25,01 | 176       | 510         |
| Чай с лимоном ( без сахара) | 200          | 0,04                 |       | 0,44  | 4         | 686         |
| Хлеб ржаной                 | 30           | 2,25                 | 0,75  | 14,7  | 75        |             |
| Итого                       |              | 15,85                | 26,56 | 48,88 | 489       |             |

ДЕНЬ: СУББОТА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| Наименование продукта                         | Масса порций | Пищевые вещества (г) |      |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж    | У     |           |             |
| Каша молочная пшеничная с маслом (без сахара) | 180          | 7,92                 | 6,12 | 22,14 | 176       | табл 4      |
| Кофейный напиток                              | 200          | 3,4                  | 2,6  | 8     | 70        | акт         |
| Фрукты  | 100          | 0,4                  |      | 12,6  | 52        |             |
| Хлеб ржаной                                   | 30           | 2,25                 | 0,75 | 14,7  | 75        |             |
| Итого   |              | 13,97                | 9,47 | 57,44 | 373       |             |

Среднее значение за период:

19,52

17,45

58,86

488

- - Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в мен