



Утверждаю:



С. В. Косых  
 2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ  
 ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ  
 (С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)  
 АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»  
 2 НЕДЕЛЯ

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА      | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                         |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Птица, тушенная в соусе | 90           | 11,43                | 10,23 | 2,74  | 149       | акт         |
| Каша гречневая вязкая   | 200          | 6,17                 | 6,68  | 27,78 | 196       | 510         |
| Чай без сахара          | 200          |                      |       | 0,6   | 2         | 685         |
| Хлеб ржаной             | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5  | 66        |             |
| Итого                   |              | 20                   | 17,21 | 44,62 | 413       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |      | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|-----------------------------------|--------------|----------------------|-------|------|-----------|-------------|
|                                   |              | Б                    | Ж     | У    |           |             |
| Плов из мяса (крупа перловая)     | 270          | 16,34                | 18,14 | 41,4 | 410       | акт         |
| Напиток из сухофруктов без сахара | 200          | 0,6                  |       | 29   | 105       | акт         |
| Хлеб ржаной                       | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5 | 66        |             |
| Итого                             |              | 19,34                | 18,44 | 83,9 | 581       |             |

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

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА                          | Масса порций | Пищевые вещества (г) |      |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|---|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
|   |              | Б                    | Ж    | У     |           |             |
| Каша молочная пшеничная с маслом без сахара | 180          | 7,74                 | 7,36 | 14,92 | 188       | Таб 4       |
| Чай без сахара                              | 200          |                      |      | 0,6   | 2         | 685         |
| Пюре фруктовое                              | 125          | 0                    | 0    | 13,75 | 55        |             |
| Хлеб ржаной                                 | 50           | 4                    | 0,5  | 22,5  | 110       |             |
| Итого                                       |              | 11,74                | 7,86 | 51,77 | 355       |             |

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА         | Масса порций | Пищевые вещества (г) |       |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|----------------------------|--------------|----------------------|-------|-------|-----------|-------------|
|                            |              | Б                    | Ж     | У     |           |             |
| Биточки из птицы с соусом  | 90           | 14,58                | 9,68  | 8,94  | 190       | акт         |
| Каша гречневая вязкая      | 180          | 5,55                 | 6,01  | 25,01 | 176       | 510         |
| Напиток из ягод без сахара | 200          | 0,2                  |       | 1,8   | 7         | акт         |
| Хлеб ржаной                | 30           | 2,4                  | 0,3   | 13,5  | 66        |             |
| Итого                      |              | 22,73                | 15,99 | 49,25 | 439       |             |

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

| НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА | Масса порций | Пищевые вещества (г) |      |       | ЭЦ (ккал) | № рецептуры |
|--------------------|--------------|----------------------|------|-------|-----------|-------------|
|                    |              | Б                    | Ж    | У     |           |             |
| Сырники            | 100          | 17,6                 | 11,3 | 12,2  | 224       | 358         |
| Чай без сахара     | 200          |                      |      | 0,6   | 2         | 685         |
| Пюре фруктовое     | 125          | 0                    | 0    | 13,75 | 55        |             |
| Хлеб ржаной        | 30           | 2,4                  | 0,3  | 13,5  | 66        |             |
| Итого              |              | 20                   | 11,6 | 40,05 | 347       |             |

Среднее значение за период: 14,70 11,08 46,77 352

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