



**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
Итого		18,73	19,76	62,27	484	

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 пшеницы 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	
Итого		21,99	12,37	70,96	559	

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

Утверждаю:

Генеральный директор АО «КШП-Глобус»

Косых С.В.

«27»



Согласовано:

Директор МБОУ "СОШ №125"

Лисин А.А.

28.12.2023г.

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

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Гуляш из мяса	90	12,51	19,8	3,6	130	132
Макаронные изделия отварные	180	6,98	5,39	44,5	255	516
Напиток из ягод (без сахара)	200	0,8	0,6	11,6	54	акт
Хлеб ржаной	30	2,25	0,75	14,7	75	
		22,54	26,54	74,4	514	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН : ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Котлеты с соусом	90	7,40	7,81	11,84	139	451
Рис припущенный	180	4,46	5,2	46,7	251	512
Чай без сахара	200			0,3	3	685
Хлеб ржаной	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		14,11	13,76	73,54	468	

ДЕНЬ: СРЕДА
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Каша молочная пшеничная с маслом	180	9,60	4,55	49,33	277	Таб 4
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		12,05	5,3	73,93	397	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Биточки из птицы с соусом	90	11,05	7,49	7,41	141	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Напиток из ягод (без сахара)	200	0,8	0,6	11,6	54	акт
Хлеб ржаной	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		19,65	14,85	58,72	446	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Плов с мясом	270	16,41	11,48	61,48	418	265
Чай с лимоном (без сахара)	200	0,04		0,44	4	686
Хлеб ржаной	30	2,25	0,75	14,7	75	
Итого		18,7	12,23	76,62	497	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Бутерброды с сыром (хлеб ржаной)	50	7,48	3,98	22,05	148	3
Суп молочный с лапшой домашней	250	5,63	4,98	20,03	198	160
Какао с молоком (без сахара)	200	3,87	3,10	9,17	78	693
Итого		16,98	12,06	51,25	424	

Среднее значение за период: 17,34 14,12 68,08 458

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