



СОГЛАСОВАНО
 Директор МАОУ «СОШ №134»
 А.А. Соха
 08.01.2024

**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 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	
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

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:

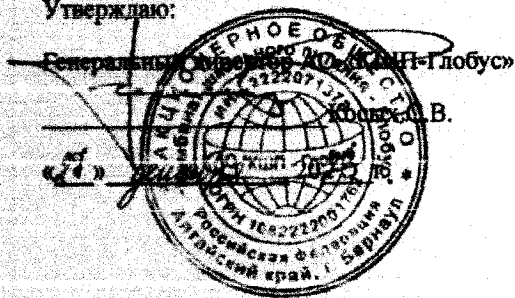
17,34 14,12 68,08 458

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

Утверждаю:

Генеральный директор АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»

Кобелев В. В.

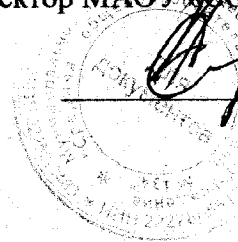


СОГЛАСОВАНО

Директор МАОУ «СОШ №134»

А.А.Соха

08.01.2024



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
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		
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Мясо тушеное	120	15,85	22,06	3,13	288	256
Каша гречневая вязкая	150	4,63	5,01	20,84	147	510
Чай с лимоном (без сахара)	200	0,04		0,44	4	686
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		29,78	31,92	69,46	701	

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		
Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Пудинг из птицы с соусом	120	16,75	8,04	9,89	176	акт
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	212	516
Напиток фруктово-ягодный (без сахара)	200	0,2	0,2	4,36	70	акт
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		29,18	17,94	94,84	712	

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		
Суп – лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Тефтели (2 в) с соусом	120	9,26	13,91	12,04	189	462
Сложный овощной гарнир	150	4,35	10,95	21,3	201	акт
Компот из смеси сухофруктов (без сахара)	200	0,6	0,06	9,79	62	акт
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		18,06	30,33	86,73	705	

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		
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1,66	4,91	10,56	92	110
Котлеты рыбные с соусом	120	13,44	9,38	16,72	171	388
Рис припущенный	150	3,71	4,33	38,92	209	512
Напиток из ягод (без сахара)	200	0,8	0,6	11,6	54	акт
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		24,11	20,72	107,2	676	

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		
Суп из овощей со сметаной	200	1,66	3,63	9,16	88	132
Азу	120	10,68	26,4	11,64	293	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,63	5,01	20,84	147	510
Чай с лимоном (без сахара)	200	0,04		0,44	4	686
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		21,51	36,54	71,48	682	

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

ДЕНЬ: СУББОТА

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с фасолью	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Фрикадельки с соусом	120	9,73	13,39	13,39	250	469
Каша пшеничная вязкая	150	4,24	5,01	24,26	157	Табл 4
Кофейный напиток	200	3,4	2,6	8	70	акт
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		26,63	25,85	90,7	739	

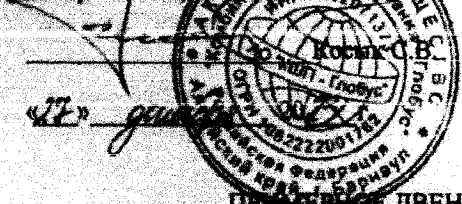
Среднее значение за период:

24,88 27,22 86,74 703

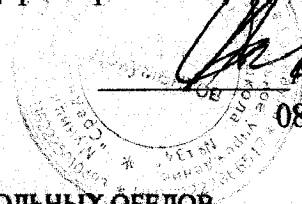
- - Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в меню

Утверждаю:

Генеральный директор АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ – ГЛОБУС»



СОГЛАСОВАНО
Директор МАОУ «СОШ №134»



А.А.Соха
08.01.2024

**ПРИКЛАДНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
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 БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Гуляш	120	16,68	16,4	4,8	159	132
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	212	516
Напиток из ягод (без сахара)	200	0,8	0,6	11,6	54	акт
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		32,56	26,34	98,53	687	

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		
Борщ сибирский со сметаной	200	3,17	2,97	13,4	94	111
Котлеты с соусом	120	10,96	10,42	14,47	162	451
Рис припущенный	150	3,72	4,34	38,92	209	512
Чай без сахара	200			0,3	3	685
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		22,35	19,23	96,49	618	

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		
Суп – лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Рыба под сырной шапкой	120	12,25	14,31	10,27	181	акт
Сложный овощной гарнир	150	4,35	10,95	21,3	201	акт
Напиток фруктовый (без сахара)	200	0,02	0,04	9,59	45	699
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		23,47	30,71	84,76	680	

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		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,66	4,19	8,08	78	124
Биточки из птицы с соусом	120	11,71	8,36	9,69	121	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,63	5,01	20,84	147	510
Напиток из ягод (без сахара)	200	0,8	0,6	11,6	54	акт
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		23,3	19,66	79,61	550	

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		
Суп картофельный с фасолью	200	4,76	3,35	15,65	112	139
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	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		25,71	16,33	109,97	684	

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		
Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Куриные колбаски с соусом	120	13,58	10,75	10,94	230	акт
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	212	516
Чай без сахара	200			0,3	3	685
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		25,81	20,45	91,83	699	
Среднее значение за период:		25,53	22,12	93,53	653	

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