

Утверждено  
директор

Согласовано  
Директор ООО "СМ"  
Иванов В.А.



С. В. Косых  
2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ  
(ОДНОСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)  
1 НЕДЕЛЯ

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Бутерброды с сыром (хлеб ржаной)	40	4,85	3,15	13,5	101	3
Каша молочная пшеничная с маслом без сахара	200	7,95	6,45	28,8	202	Таб 4
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55	
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Итого		12,8	9,6	56,65	360	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Гуляш	90	12,51	19,8	3,6	130	260
Каша перловая рассыпчатая	150	4,35	9,15	31,05	230	297
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		19,46	29,25	49,95	433	

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

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Фишболы в овощном соусе	120	14,16	9,48	10,08	193	акт
Пюре гороховое с маслом	150	13,18	4,98	43,05	270	199
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		29,74	14,76	67,23	531	

