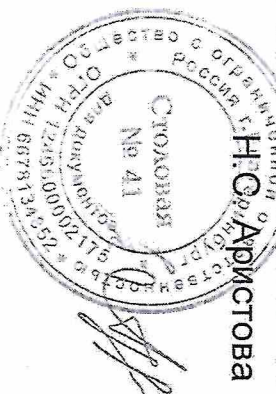


Утверждаю:

Директор ООО Столовая № 41
Н.С. Аристова



Согласовано:
И.о. директора МАОУ СОШ № 60
Е.В. Чендева



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025

Комплекс

для учащихся с диагнозом сахарный диабет

5 - 11 класс

Плановое меню по категории питающихся

Параметры: Организация: ООО Столовая № 41 г. Екат...

Категория питающихся: 5-11 классы

Тип планового меню: сахарный диабет

Организация	Вес	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся	порции											
Название	№ рецепта											
5-11 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
Сыр нарезка, кг	011817	557,49	20,82	22,22	68,21	154,58	0,42	0,52	3,16	381,42	102,14	479,83
Каша пшенная молочная с маслом без сахара, кг	011960	557,49	20,82	22,22	68,21	154,58	0,42	0,52	3,16	381,42	102,14	479,83
Чай без сахара, кг	011961	106,80	7,48	8,23	0,67	49,50			0,06	210,00	8,70	163,80
Хлеб ржаной, кг	011961	336,17	9,54	13,28	44,52	105,08	0,22	0,22	1,70	134,92	73,44	253,53
1 нед. Вторник												
Завтрак												
Пудинг из творога без сахара, кг	011962	1,52	0,20	0,05	0,07	151,30	0,01	0,05	0,53	160,03	15,15	229,67
Чай без сахара, кг	011961	505,23	30,34	19,51	54,11	154,30	0,24	4,95	2,03	202,53	40,15	303,17
Фрукт, кг	011337	338,72	26,28	18,64	17,28			0,10				
Хлеб ржаной, кг	011336	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
1 нед. Среда												
Завтрак												
Котлета домашняя, кг	011547	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
Каша гречневая рассыпчатая м/р, кг	011805	660,29	33,47	18,64	93,15	4,20	0,74	5,21	4,34	76,17	226,25	520,44
Чай лимонный без сахара, кг	011805	207,39	20,23	9,17	93,15	4,20	0,74	5,21	4,34	76,17	226,25	520,44
Хлеб ржаной, кг	011963	336,13	9,38	8,77	59,96	4,13	0,38	1,33	0,86	23,98	28,91	201,66
1 нед. Четверг												
Завтрак												
Сыр нарезка, кг	011817	113,00	3,60	0,65	22,95	0,07	0,16	3,68	0,04	1,76	1,76	1,08
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом без сахара, кг	011964	551,31	23,18	16,51	78,80	127,62	0,29	0,60	2,57	491,29	128,38	537,64
Напиток из цикория с молоком без сахара, кг	011965	106,80	7,48	8,23	0,67	49,50			0,06	210,00	8,70	163,80
Хлеб ржаной, кг	011336	551,31	23,18	16,51	78,80	127,62	0,29	0,60	2,57	491,29	128,38	537,64
1 нед. Пятница												
Завтрак												
Омлет натуральный, кг	011358	551,31	23,18	16,51	78,80	127,62	0,29	0,60	2,57	491,29	128,38	537,64
Чай с молоком без сахара, кг	011966	471,36	24,68	21,81	44,01	247,40	0,23	5,16	3,88	271,64	54,90	450,50
Хлеб ржаной, кг	011336	279,84	18,97	19,95	4,78	230,40		0,16	2,38	169,14	24,40	331,00
Фрукт, кг	011337	26,52	1,85	1,04	2,47	14,00		0,20	1,40	36,50	5,50	46,00
2 нед. Понедельник												
Завтрак												
Сыр нарезка, кг	011817	574,59	18,84	21,86	74,43	169,17	0,26	0,53	1,95	387,55	54,55	387,18
Каша рисовая молочная с маслом без сахара, кг	011967	106,80	7,48	8,23	0,67	49,50			0,06	210,00	8,70	163,80
Чай без сахара, кг	011961	353,28	7,55	12,92	50,75	119,67	0,06	0,23	0,49	141,05	25,85	160,88

	Хлеб ржаной, кг	011336	50	113,00	3,60	0,65	22,95	0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
2 нед.	Вторник												
	Завтрак			507,48	30,40	19,51	54,31	154,36	0,24	8,53	2,07	204,28	40,69
	Пудинг из творога без сахара, кг	011962	550	507,48	30,40	19,51	54,31	154,36	0,24	8,53	2,07	204,28	40,69
	Чай лимонный без сахара, кг	011963	200	338,72	26,28	18,64	17,28	151,30	0,01	0,05	0,53	160,03	15,15
	Фрукт, кг	011337	200	3,76	0,25	0,06	0,27	0,07		3,68	0,04	1,76	0,54
	Хлеб ржаной, кг	011336	100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00
2 нед.	Среда		50	113,00	3,60	0,65	22,95	0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Завтрак			543,10	21,83	16,26	76,24	116,42	0,36	0,62	2,73	440,26	89,23
	Сыр нарезка, кг	011817	550	543,10	21,83	16,26	76,24	116,42	0,36	0,62	2,73	440,26	89,23
	Каша Дружба (пшено, рис) с маслом без сахара, кг	011968	30	106,80	7,48	8,23	0,67	49,50		0,06	210,00	8,70	163,80
	Чай с молоком без сахара, кг	011966	270	296,78	8,90	6,33	50,16	52,92	0,16	0,22	1,27	133,76	55,03
	Хлеб ржаной, кг	011336	200	26,52	1,85	1,04	2,47	14,00	0,20	0,20	60,00	5,50	46,00
2 нед.	Четверг		50	113,00	3,60	0,65	22,95	0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Завтрак			395,14	23,60	9,23	55,27	77,80	0,37	34,08	3,58	161,60	107,48
	Филе минтая запечённое в омлете, кг	011903	550	395,14	23,60	9,23	55,27	77,80	0,37	34,08	3,58	161,60	107,48
	Картофельное пюре 2, кг	011941	100	116,43	15,30	5,26	0,90	52,60	0,03	0,77	68,17	44,85	195,90
	Чай без сахара, кг	011961	200	164,19	4,50	3,27	31,35	25,20	0,17	33,75	1,41	56,94	42,63
	Хлеб ржаной, кг	011336	200	1,52	0,20	0,05	0,07						125,13
2 нед.	Пятница		50	113,00	3,60	0,65	22,95	0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
	Завтрак			466,96	24,27	22,53	41,75	235,45	0,23	5,06	3,77	270,30	51,05
	Омлет с сыром, кг	011359	550	466,96	24,27	22,53	41,75	235,45	0,23	5,06	3,77	270,30	51,05
	Чай Каркаде без сахара, кг	011969	200	300,44	20,21	21,66	4,92	232,45		0,16	2,27	227,80	26,05
	Хлеб ржаной, кг	011336	50	1,52	0,20	0,05	0,07						364,30
	Фрукт, кг	011337	100	113,00	3,60	0,65	22,95	0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
				52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 74622892844150726796523337175507594912532816951

Владелец Чендева Екатерина Викторовна

Действителен с 15.07.2025 по 15.07.2026