

**Разработано**  
врачом-диетологом  
Л.Н. Балашовой

**Утверждено**  
приказом ГБОУ РК «Школа-интернат №24»  
от 25 января 2022 года №16-од (приложение №9)  
директор  
М.Н. Кузьмина

**Индивидуальное меню № 4,**  
диабетическое.

основное (организованное), десятидневное, на период весна-лето, возрастная категория 12 лет и старше, двухразовое питание

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
<b>Завтрак</b>									
ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С СЕЛЬДЬЮ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С МАСЛОМ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С СЕЛЬДЬЮ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С СЫРОМ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С МАСЛОМ И СЫРОМ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С СЫРОМ 25		ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ С МАСЛОМ И СЕЛЬДЬЮ 25
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ без сахара 150	ОМЛЕТ С КАРТОФЕЛЕМ 100	КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ без сахара 200	КАША "ЯНТАРНАЯ" без сахара и джема 200	ОМЛЕТ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ 100	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ без сахара 200	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ без сахара 150	АША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ без сахара 200	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ БЕЗ САХАРА 200	ОМЛЕТ С КУРИЦЕЙ И ОВОЩАМИ 200
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ без сахара 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ без сахара 200	КАКАО С МОЛОКОМ НЕ СЛАДКИЙ 200	ЧАЙ ЗЕЛЕНый С МОЛОКОМ НЕ СЛАДКИЙ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ НЕ СЛАДКИЙ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ НЕ СЛАДКИЙ 200	ЧАЙ ЗЕЛЕНый С МОЛОКОМ НЕ СЛАДКИЙ 200	КАКАО С МОЛОКОМ НЕ СЛАДКИЙ 200	ЧКОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	КАКАО С МОЛОКОМ НЕ СЛАДКИЙ 200
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	БАНАН 50	ГРУША СВЕЖАЯ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	БАНАН 50	ГРУША СВЕЖАЯ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	АПЕЛЬСИН 50	ГРУША СВЕЖАЯ 50	БАНАН 50
<b>Обед</b>									
СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ 100	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОВОЩЕЙ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 100	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ 100	САЛАТ ИЗ СОЛЕНых ОГУРЦОВ С ЛУКОМ 100	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СОЛЕНыми ОГУРЦАМИ И ЗЕЛЕНым ГОРОШКОМ 100	СЕЛЬДЬ С ЛУКОМ 100	ОГУРЕЦ СОЛЕНый 100
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВыми 250	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОВСЯНОЙ КРУПОЙ 250	БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ 250	РАССОЛЬНИК 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 250	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 250	БОРЩ 250	РАССОЛЬНИК 250	БОРЩ С КВАШЕНОЙ КАПУСТОЙ 250
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ 100	ПТИЦА ОТВАРНАЯ 120	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 100	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 100	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ВАРИАНТ 2 100	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ ВАРИАНТ 1 100	МЯСО ТУЩЕНОЕ 100	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 100	ПЕЧЕНЬ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ 100	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ 100

МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 100	КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ 70	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 70	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 100	КАРТОФЕЛЬ И ОВОЩИ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ 70	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ 70	КАРТОФЕЛЬ В ТОМАТНОМ СОУСЕ 70	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ 90
ЧАЙ ЗЕЛЕНый НЕ СЛАДКИЙ 200	КОМПОТ ИЗ СУЩЕНЫХ ЯБЛОК 200	Чай без сахара 200	ВОДА БУТЕЛИРОВАННАЯ, НЕГАЗИРОВАННАЯ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ НЕ СЛАДКИЙ 200	ЧАЙ БЕЗ САХАРА 200	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 200	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 200	ЧАЙ ЗЕЛЕНый 100	Чай без сахара 200
ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 15	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 10	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 25	ХЛЕБЕЦ РЖАНОЙ 25