

Утверждаю

Директор школы:  (О.В. Теплых)

Приказ №31 от 11.02.2025г

**Примерное десятидневное меню для детей с сахарным диабетом
на 2024-2025 учебный год в 1-4 классах
(1 неделя)**

День	№	Завтрак	Грамм	№	Обед	Грамм
ПН	1	Омлет натуральный	150	1	Суп борщ с капустой и картофелем/с диета №9	205
	2	Кофейный напиток с молоком без сахара	200	2	Птица отварная (филе)	90
	3	Хлеб ржаной	50	3	Пюре картофельное на молоке с маслом	100
				4	Хлеб ржаной	45
				5	Сок томатный	200
ВТ	1	Бефстроганов из филе индейки	100	1	Суп Щи из свежей капусты с картофелем	205
	2	Овощи отварные	150	2	Бигус	240
	3	Чай без сахара	200	3	Напиток из шиповника без сахара	200
	4	Хлеб ржаной	60	4	Хлеб ржаной	45
СР	1	Жаркое по домашнему	240	1	Суп солянка из птицы	205
	2	Чай с лимоном без сахара	200	2	Фрикадельки рыбные	90
	3	Хлеб ржаной	50	3	Макаронные изделия отварные из твердых сортов пшеницы	100
				4	Компот из ягод замороженных без сахара	200
				5	Хлеб ржаной	25
ЧТ	1	Рыба запеченная в омлете (минтай)	100	1	Суп-харчо с говядиной	200
	2	Капуста тушеная с морковью в молоке	150	2	Рагу из птицы	200

		(диета №9)				
	3	Чай каркаде бес сахара	200	3	Сок томатный	200
	4	Хлеб ржаной	30	4	Хлеб ржаной	30
	5	Фрукт свежий(Груша)	140			
ИТ	1	Шницели из птицы припущенные	90	1	Огурцы свежие	60
	2	Пюре картофельное на молоке с маслом	100	2	Суп рассольник ленинградский со сметаной	205
	3	Овощи отварные	50	3	Голубцы ленивые с соусом томатным (диета №9)	275
	4	Чай без сахара	200	4	Хлеб ржаной	30
	5	Хлеб ржаной	50			

Кладовщик :  (М.Н. Малышева)

Утверждаю
Директор школы:  (О.В. Теплых)
Приказ № 31 от 11.02.2025г

**Примерное десятидневное меню для детей с сахарным диабетом
на 2024-2025 учебный год в 1-4 классах
(2 неделя)**

День	№	Завтрак	Грамм ы	№	Обед	Граммы
ПН	1	Пудинг творожный запеченный с соусом(диета№9)	180	1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	214
	2	Чай с лимоном без сахара	207	2	Птица отварная	90
	3	Хлеб ржаной	30	3	Капуста тушеная (Диета №9)	150
	4	Фрукт свежий (яблоко)	110	4	Компот из ягод замороженных без сахара	200
				5	Хлеб ржаной	40
ВТ	1	Печень говяжья по строгановски	100	1	Суп из овощей с фасолью	205
	2	Каша гречневая рассыпчатая	100	2	Курица в соусе с томатом	100
	3	Чай каркаде без сахара	200	3	Картофель отварной	100
	4	Хлеб ржаной	30	4	Сок томатный	200
				5	Хлеб ржаной	25
СР	1	Рыбные хлебцы паровые из минтая	90	1	Суп из овощей	205
	2	Рис отварной	75	2	Запеканка капустная с мясом	200
	3	Овощи отварные	75	3	Напиток из шиповника	200
	4	Чай без сахара	200	4	Фрукт свежий	100
	5	Хлеб ржаной	30	5	Хлеб ржаной	30
ЧТ	1	Запеканка из творога с соусом сметанным(диета №9)	180	1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200

	2	Чай с молоком без сахара	200	2	Жаркое по домашнему	200
	3	Хлеб ржаной	30	3	Компот из ягод замороженных без сахара	200
	4	Фрукт свежий	180	4	Хлеб ржаной	25
ПТ	1	Курица в соусе с томатом	120	1	Суп-пюре из разных овощей	200
	2	Каша перловая рассыпчатая	130	2	Пудинг из говядины с овощами	240
	3	Чай без сахара	200	3	Сок томатный	200
	4	Хлеб ржаной	30	4	Хлеб ржаной	25

Кладовщик :  (М.Н. Малышева)