

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 5-9 классах
(1 неделя)**

День	№	Завтрак	Грамм	№	Обед	Грамм
ПН	1	Омлет натуральный	200	1	Суп борщ с капустой и картофелем с/с диета №9	255
	2	Кофейный напиток с молоком без сахара	200	2	Птица отварная (филе)	100
	3	Хлеб ржаной	60	3	Пюре картофельное на молоке с маслом	150
				4	Хлеб ржаной	40
				5	Сок томатный	200
ВТ	1	Бефстроганов из филе индейки	120	1	Суп Щи из свежей капусты с картофелем	255
	2	Овощи отварные	180	2	Бигус	250
	3	Чай без сахара	200	3	Напиток из шиповника без сахара	200
	4	Хлеб ржаной	60	4	Хлеб ржаной	60
СР	1	Жаркое по домашнему	280	1	Суп солянка из птицы	255
	2	Чай с лимоном без сахара	207	2	Фрикадельки рыбные	100
	3	Хлеб ржаной	60	3	Макаронные изделия отварные из твердых сортов пшеницы	100
				4	Компот из ягод замороженных без сахара	200
				5	Хлеб ржаной	40
ЧТ	1	Рыба запеченная в омлете (минтай)	100	1	Суп-харчо с говядиной	250
	2	Капуста тушеная с	150	2	Рагу из птицы	200

		морковью в молоке (диета №9)				
	3	Чай каркаде бес сахара	200	3	Сок томатный	200
	4	Хлеб ржаной	50	4	Хлеб ржаной	40
	5	Фрукт свежий(Груша)	140			
ПТ	1	Шницели из птицы припущенные	100	1	Огурцы свежие	100
	2	Пюре картофельное на молоке с маслом	100	2	Суп рассольник ленинградский со сметаной	255
	3	Овощи отварные	80	3	Голубцы ленивые с соусом томатным (диета №9)	275
	4	Чай без сахара	200	4	Хлеб ржаной	40
	5	Хлеб ржаной	60			

Кладовщик :  (М.Н. Малышева)

Утверждаю
 Директор школы: _____ (О.В. Теплых)
 Приказ №31 от 14.02.2025г

**Примерное десятидневное меню для детей с сахарным диабетом
 на 2024-2025 учебный год в 5-9 классах
 (2 неделя)**

День	№	Завтрак	Грамм ы	№	Обед	Граммы
ПН	1	Пудинг творожный запеченный с соусом(диета№9)	240	1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	285
	2	Чай с лимоном без сахара	207	2	Птица отварная	100
	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	50
ВТ	1	Печень говяжья по строгановски	100	1	Суп из овощей с фасолью	255
	2	Каша гречневая рассыпчатая	150	2	Курица в соусе с томатом	120
	3	Чай каркаде без сахара	200	3	Картофель отварной	100
	4	Хлеб ржаной	25	4	Сок томатный	200
				5	Хлеб ржаной	30
СР	1	Рыбные хлебцы паровые из минтая	100	1	Суп из овощей	255
	2	Рис отварной	100	2	Запеканка капустная с мясом	200
	3	Овощи отварные	80	3	Напиток из шиповника	200
	4	Чай без сахара	200	4	Фрукт свежий	100
	5	Хлеб ржаной	30	5	Хлеб ржаной	40
ЧТ	1	Запеканка из творога с соусом сметанным(диета №9)	200	1	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
	2	Чай с молоком без	240	2	Жаркое по	200

		сахара			домашнему	
	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	240
	2	Каша перловая рассыпчатая	150	2	Пудинг из говядины с овощами	240
	3	Чай без сахара	200	3	Сок томатный	200
	4	Хлеб ржаной	30	4	Хлеб ржаной	40

Кладовщик :  (М.Н. Малышева)