

Утверждаю:
Директор ООО Столовая № 41
Н.С. Армистова



Приложение 8 к СанПин 2.3./2.4.3590-20



Согласовано:
Директор МА ОУ Лицей № 3
И.В. Полтавец

Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд
Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025 г
Комплекс за счет средств субсидии бесплатное одnorазовое питание
для учащихся с диагнозом сахарный диабет
1 - 4 класс, 108,64 руб.

Утверждаю:

Согласовано:

Директор ООО Столовая № 41
Н.С. Аристова

Директор МАОУ Лицей № 3
И.В.Полтавец



Примерное десятидневное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Период действия 01.09.2025 - 31.12.2025 г

Комплекс за счет средств субсидии бесплатное однократное питание

для учащихся с диагнозом сахарный диабет

1 - 4 класс, 108,64 руб.

Плановое меню по категории питающихся

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

Категория питающихся: 1-4 классы

Тип планового меню: 108-64 (1-4) 1 смена сахарный диабет

Организация	Вс порции	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы	A	B1	C	Fe	Ca	Mg	Фосфор
Категория питающихся												
Название	№ рецепта											
1-4 классы												
1 нед. Понедельник												
Завтрак												
Сыр нарезка, кг	011817	489,89	18,16	18,88	61,50	130,77	0,38	0,48	2,90	326,44	89,81	414,97
Каша пшенная молочная с маслом без сахара, кг	011960	286,37	8,13	11,31	37,93	89,52	0,18	0,18	1,45	114,94	62,56	215,97
Чай без сахара, кг		1,52	0,20	0,05	0,07			0,10				
Хлеб ржаной, кг	011336	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
1 нед. Вторник												
Завтрак												
Пудинг из творога без сахара, кг		420,56	23,77	14,85	49,79	116,47	0,24	4,93	1,90	162,52	36,36	245,76
Чай без сахара, кг		254,04	19,71	13,98	12,96	113,47	0,01	0,03	0,40	120,02	11,36	172,26
Фрукт, кг	011337	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
Хлеб ржаной, кг	011336	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
1 нед. Среда												
Завтрак												
Котлета Домашняя, кг	011547	572,32	29,57	15,97	80,16	3,79	0,67	5,08	3,84	70,98	188,00	449,24
Каша гречневая рассыпчатая м/р, кг	011805	186,65	18,20	8,25	80,16	3,79	0,67	5,08	3,84	70,98	188,00	449,24
Чай лимонный без сахара, кг		268,91	7,51	7,01	8,97	3,72	0,34	1,20	0,77	21,58	26,02	181,50
Хлеб ржаной, кг	011336	3,76	0,25	0,06	0,27	0,07	0,13		1,63	11,15	141,44	204,16
1 нед. Четверг												
Завтрак												
Сыр нарезка, кг	011817	491,07	20,58	14,27	71,15	111,53	0,28	0,56	2,39	436,05	113,65	476,49
Каша Ассорти (греча, рис) с маслом без сахара, кг	011964	89,00	6,24	6,86	0,56	41,25	0,08	0,18	0,94	116,43	76,41	194,60
Напиток из цикория с молоком без сахара, кг		243,98	7,77	4,98	43,31	45,08	0,28	0,56	2,39	436,05	113,65	476,49
Хлеб ржаной, кг	011336	45,09	2,97	1,78	4,34	25,20	0,18	0,18	0,94	116,43	76,41	194,60
1 нед. Пятница												
Завтрак												
Омлет натуральный, кг	011358	401,40	19,94	16,82	42,81	189,80	0,23	5,12	3,29	229,35	48,80	367,75
Чай с молоком без сахара, кг		209,88	14,23	14,96	3,58	172,80	0,12	1,79		126,85	18,30	248,25
Хлеб ржаной, кг	011336	26,52	1,85	1,04	2,47	14,00	0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
Фрукт, кг	011336	113,00	3,60	0,65	22,95		0,20	0,20	1,40	36,50	20,00	62,50
Хлеб ржаной, кг	011337	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00	5,00	11,00
2 нед. Понедельник												
Завтрак												
Сыр нарезка, кг	011817	504,46	16,47	18,57	66,80	143,20	0,25	0,50	1,86	331,65	49,27	336,04
Каша рисовая молочная с маслом без сахара, кг	011967	89,00	6,24	6,86	0,56	41,25	0,25	0,50	1,86	331,65	49,27	336,04
Чай без сахара, кг		300,94	6,44	11,01	0,56		0,05	0,20	0,05	175,00	7,25	136,50
Хлеб ржаной, кг	011336	1,52	0,20	0,05	43,23	101,95	0,05	0,20	0,41	120,15	22,02	137,04
		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													
Пудинг из творога без сахара, кг				500	422,80	23,83	14,85	49,99	116,54	0,24	8,51	1,94	164,28
Чай лимонный без сахара, кг				150	254,04	19,71	13,98	12,96	113,47	0,01	0,03	0,40	120,02
Фрукт, кг				200	3,76	0,25	0,06	0,27	0,07	3,68	0,04	1,76	5,04
Хлеб ржаной, кг				100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00
2 нед. Среда													
Завтрак													
Сыр нарезка, кг				505	481,33	19,26	13,95	68,70	100,33	0,33	0,58	2,53	385,44
Каша Дружба (пшено, рис) с маслом без сахара, кг				25	89,00	6,24	6,86	0,56	41,25	0,33	0,58	0,05	385,44
Чай с молоком без сахара, кг				230	252,82	7,58	5,39	42,73	45,08	0,13	0,18	1,08	113,94
Хлеб ржаной, кг				200	26,52	1,85	1,04	2,47	14,00	0,20	0,20	1,08	60,00
2 нед. Четверг													
Завтрак													
Филе минтая запечённое в омлете, кг				500	350,66	21,17	8,05	48,91	67,50	0,34	27,33	3,22	143,40
Картофельное пюре 2, кг				90	104,79	13,77	8,05	48,91	67,50	0,34	27,33	3,22	143,40
Чай без сахара, кг				160	131,35	3,60	2,61	0,81	47,34	0,03	0,69	61,35	40,37
Хлеб ржаной, кг				200	1,52	0,20	0,05	25,08	20,16	0,14	27,00	1,13	45,55
2 нед. Пятница													
Завтрак													
Омлет с сыром, кг				500	391,85	19,22	17,11	22,95	177,34	0,20	0,20	1,40	36,50
Чай Каркаде без сахара, кг				150	391,85	19,22	17,11	40,52	177,34	0,23	5,02	3,20	213,35
Хлеб ржаной, кг				200	225,33	15,16	16,24	3,69	174,34	0,12	0,12	1,70	170,85
Фрукт, кг				50	1,52	0,20	0,05	0,07		0,20	0,20	1,40	36,50
Хлеб ржаной, кг				100	113,36	3,60	0,65	22,95	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00
Фрукт, кг				100	52,00	0,26	0,17	13,81	3,00	0,03	4,60	0,10	6,00