

УТВЕРЖДАЮ

Директор

ООО «НОВАЯ КОМПАНИЯ»

Комбинат школьного питания №1



/А.И.Михалев/

СОГЛАСОВАНО

Директор

МБОУ Школа № 68 г.о. Самара



/А.А. Жидков

Примерное 10-дневное цикличное осенне-
зимнее меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
для питания обучающихся с сахарным
диабетом
в стационарных учреждениях
возрастной категории с 12 до 18 лет

(Основание: Сборник технических нормативов - Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях/Под редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна – М.: ДеЛи плюс, 2015. – 544 с.)

2022-2023 учебный год

Сахарный диабет

День:1		День:2		День:3		День:4		День:5	
наименование блюда	выход	наименование блюда	выход	наименование блюда	выход	наименование блюда	выход	наименование блюда	выход
Масло сливочное порционно	10			Салат из свеклы отварной с чесночком	50	Яйцо отварное	40	Яблоко зеленое	120
Каша молочная "Пшениная" с маслом сливочным, без сахара	200	Запеканка с творогом	100	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ В СОУСЕ СМЕТАННОМ	40/50	Плов из куриного филе	50/150	Каша гречневая молочная без сахара с маслом сливочным	200
Яблоко зеленое	120	Чай без сахара	200	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	150		200	Галетное печенье	50
Чай без сахара	200	Хлеб пшеничный	50	Напиток из свежих ягод без сахара	200	Напиток из сухофруктов	50	Кофейный напиток с молоком без сахара	200
Хлеб пшеничный	30			Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	60		
	560		450						
Обед									
Салат из соленых/свежих/огурцов с маслом растительным	50	Икра кабачковая	50	Салат картофельный с кукурузой и морковью	50	Салат из соленых(свежих) огурцов	50	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным	50
Суп картофельный с бобовыми	250	Борщ со свежей капустой с картофелем	250	Суп с крупной пшенной на курином бульоне	250	Щи со свежей капустой, картофелем	250	Суп картофельный	250
Котлета из говядины в томатном соусе	40/50	Шницель рыбный из минтая	50	Курица тушеная в соусе	50/50	Тефтели 1-й вариант	60/50	Рагу из куриного филе	50/150
Каша перловая рассыпчатая с маслом	150	Картофель отварной с растительным маслом	150	Макаронные изделия отварные	150	Пюре гороховое с маслом	150		
Напиток из смеси сухофруктов без сахара	200	Черный чай без сахара	200	Отвар шиповника без сахара	200	Чай б/с	200	Напиток из кураги без сахара	200
Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35
Хлеб пшеничный	35	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30

Сахарный диабет

День:6		День:7		День:8		День:9		День:10	
наименование блюда	выход	наименование блюда	выход	наименование блюда	выход	наименование блюда	выход	наименование блюда	выход
Яблоко зеленое	120	Икра кабачковая	50	Салат из моркови с яблоками без сахара	50	отурцы натуральные соленые(свежие)	50	Масло сливочное порционно	10
Салат из картофеля с зеленым горошком	50	Котлеты из куриного филе в соусе	50/50	Запеканка из творога	100	Рыба ,тушенная в томате с овощами	50/50	Сыр порционно	10
Омлет натуральный	110	Картофельное пюре	150		50	Пюре картофельное с маслом	150	Каша пшениная с молоком и маслом сливочным без сахара	200
Черный чай без сахара	200	Напиток из вишни без сахара	200	Кофейный напиток с молоком без сахара	200	Напиток из ягод без сахара	200	какао с молоком без сахара	200
Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50	Хлеб пшеничный	50
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Салат из моркови без сахара	50	Салат картофельный с реп. луком, маслом растительным, зеленью	50	Салат со свежей капустой	50	Салат из свеклы с яблоками	50	Винегрет овощной	50
Рассольник Ленинградский	250	Борщ со свежей капустой, картофелем	250	Суп из овощей на курином бульоне с зеленью	250	Суп гороховый с зеленью	250	Суп с картофелем	250
Котлета из говядины	40/50	Печень по- строгоновски	50/50	Курица отварная в соусе	50/50	Тефтели 1-ый вариант в соусе	60/50	Биточки из говядины в соусе	40/50
Гороховое пюре с маслом сливочным	150	Каша гречневая с маслом	150	Каша пшениная рассыпчатая с маслом	150	Каша ячневая рассыпчатая с маслом	150	Картофель отварной с растительным маслом и зеленью	150
напиток из сухофруктов без сахара	200	Компот из свежих яблок без сахара	200	Напиток из шиповника без сахара	200	Напиток из сухофруктов без сахара	200	Чай без сахара	200
Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35	Хлеб ржаной	35