

Утверждаю:

Генеральный директор АО «ЖИП-Глобус»

Косых С.В.

«27»



Согласовано

Директор МБОУ «Гимназия №22»

А.В. Громов

29.12.2023



ПРИМЕРНОЕ ДВЕНАДЦАТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1 - 4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)
АО « КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ – ГЛОБУС»

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Гуляш	120	16,68	16,4	4,8	159	132
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	212	516
Напиток из ягод (без сахара)	200	0,8	0,6	11,6	54	акт
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		32,56	26,34	98,53	687	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ сибирский со сметаной	200	3,17	2,97	13,4	94	111
Котлеты с соусом	120	10,96	10,42	14,47	162	451
Рис припущенный	150	3,72	4,34	38,92	209	512
Чай без сахара	200			0,3	3	685
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		22,35	19,23	96,49	618	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп – лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Рыба под сырной шапкой	120	12,25	14,31	10,27	181	акт
Сложный овощной гарнир	150	4,35	10,95	21,3	201	акт
Напиток фруктовый(без сахара)	200	0,02	0,04	9,59	45	699
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		23,47	30,71	84,76	680	

ЧЕТВЕРГ:
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,66	4,19	8,08	78	124
Биточки из птицы с соусом	120	11,71	8,36	9,69	121	акт
Каша гречневая вязкая	150	4,63	5,01	20,84	147	510
Напиток из ягод (без сахара)	200	0,8	0,6	11,6	54	акт
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		23,3	19,66	79,61	550	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с фасолью	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Плов с мясом	270	16,41	11,48	61,48	418	265
Чай с лимоном (без сахара)	200	0,04		0,44	4	686
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		25,71	16,33	109,97	684	

ДЕНЬ: СУББОТА
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: С 7 ДО 11 ЛЕТ

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮД	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Рассольник ленинградский со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Куриные колбаски с соусом	120	13,58	10,75	10,94	230	акт
Макаронные изделия отварные	150	5,82	4,49	37,08	212	516
Чай без сахара	200			0,3	3	685
Хлеб ржаной	60	4,5	1,5	29,4	150	
Итого		25,81	20,45	91,83	699	

Среднее значение за период: 25,53 22,12 93,53 653

- - Согласно СанПин 2.3/2.4.3590-20 п.8.1.4, п.8.1.5 возможные изменения в меню