

СОГЛАСОВАНО
Директор МБОУ «Гимназия № 40»
Т.В.Сергеева
«29» августа 2025 г.

Утверждаю:
Генеральный директор
АО "КШП-Глобус"
С.В.Косых

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ЗАВТРАКОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ
АО"КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Сыр порциями	30	7,35	8,55	0	105	
Каша Геркулес маслом без сахара	200	7,61	10,63	24,09	208	Таб 4
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4		12,6	52	
Чай с молоком без сахара	200	1,45	1,25	2,35	26	11.11а
Хлеб ржаной	40	3,2	0,4	18	88	
Итого	570	20,01	20,83	57,04	479	

ДЕНЬ: ВТОРНИК
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ
СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Пудинг из птицы(фарш куриный)	90	14,79	6,6	8,56	153	акт
Рагу из овощей	185	3,92	17,12	26,6	248	204
Напиток из ягод без сахара(вишня)	200		0,1	2,2	10	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого	505	21,11	24,12	50,86	477	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Ризотто с мясом (булгур)	270	13,9	14,41	47,87	376	акт
Напиток из сухофруктов (без сахара)	200			15,4	60	11.6.а
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого	500	16,3	14,71	76,77	502	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Вареники ленивые без сахара с маслом	180	26,1	21,7	13,05	350	318
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Пюре фруктовое	125			13,75	55	
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого	535	28,5	22	40,9	473	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Котлеты	90	12,35	21,6	0,85	256	акт
Картофель отварной	180	3,6	6,44	30,94	198	164
Напиток из ягод(красная смородина)	200	0,2	0,1	2,4	12	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого	500	18,55	28,44	47,69	532	

Среднее значение за период:

20,89

22,02

54,65

493

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