

СОГЛАСОВАНО

Директор МБОУ «Гимназия № 40»

Т.В.Сергеева

«29» августа 2025 г.

Утверждаю:

Генеральный директор

АО «КШП-Глобус»

" 27 " 08



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ
АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»

2 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп картофельный с горохом	200	4,76	3,35	15,65	112	139
Птица отварная	90	18,99	12,24		186	300
Капуста тушеная	180	4,5	5,52	12,84	169	
Напиток из кураги (без сахара)	200			15,4	60	11.6.a
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	750	34,5	22,21	80,79	709	

ДЕНЬ: ВТОРНИК

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,74	3,94	16,2	76	124
Котлеты	90	12,35	21,6	0,85	256	акт
Булгур отварной	150	5,95	5,09	30,8	200	акт
Напиток из ягод(облепиха) без сахара	200		0,1	2,2	10	акт
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	720	26,29	31,83	86,95	724	

ДЕНЬ: СРЕДА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп - лапша домашняя	200	2,24	4,64	11,12	96	148
Шницель рыбный(минтай)	100	15,5	12,34	7,86	204	235
Пюре картофельное	160	3,36	7,2	23,36	174	520
Фрукты свежие (яблоко)	100	0,4		12,6	52	
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	840	27,75	25,28	92,44	710	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Берц сибирский со сметаной	200	3,17	2,94	13,4	102	111
Мясо по- купечески	270	15,71	20,11	37,18	392	акт
Закуска из свежих огурцов	60	0,36	4,26	1,8	47	
Напиток из ягод(красная смородина)	200	0,2	0,1	2,4	12	акт
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	810	25,69	28,51	91,68	735	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА

НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ

СЕЗОН: ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ

ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Минестроне	200	5,2	4,4	10,8	104	акт
Ежики куриные	120	14,96	13,92	10,8	228	акт
Картофель отварной	180	3,6	6,44	30,94	198	164
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб пшеничный	30	2,25	0,6	14,4	72	
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого	780	30,01	25,86	90,04	714	

Среднее значение за период:

22,75 22,40 76,72 718

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