



С. В. Косых  
2021 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНИХ ЗАВТРАКОВ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ  
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)  
АО «КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС»  
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК  
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Бутерброды с сыром (хлеб ржаной)	40	4,85	3,15	13,5	101	3
Каша молочная пшеничная с маслом без сахара	200	7,95	6,45	28,8	202	Таб 4
Пюре фруктовое	125	0	0	13,75	55	685
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Итого		12,8	9,6	56,65	360	

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Пудинг из птицы с соусом	90	17,91	3,8	10,55	150	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		26,06	10,11	50,86	399	

ДЕНЬ: СРЕДА  
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Фишболы в овощном соусе	120	14,16	9,48	10,08	193	акт
Пюре гороховое с маслом	150	13,18	4,98	43,05	270	199
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		29,74	14,76	67,23	531	

ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1,66	4,91	10,56	92	110
Мясо по- купечески	250	24,55	18,19	42,61	381	акт
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		30,41	23,6	77,47	590	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА  
 НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп из овощей со сметаной	200	1,66	3,63	9,16	88	135
Биточки с соусом	90	10,2	9,51	11,88	177	451
Капуста тушеная	180	4,5	8,28	19,26	169	акт
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	30	2,4	0,3	13,5	66	
Итого		18,76	21,72	54,4	502	

Среднее значение за период: 27,95 22,78 74,21 594

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



Утверждаю:

С. В. Косых

2024 г.

С. В. Косых

2024 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ С ДИАБЕТОМ  
(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 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, тушенная в соусе	90	11,43	10,23	2,74	149	акт
Каша гречневая вязкая	200	6,17	6,68	27,78	196	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		26,56	20,76	70,47	574	

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
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
Плов из мяса (крупа перловая)	270	16,34	18,14	41,4	410	акт
Напиток из сухофруктов без сахара	200	0,6		15	62	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		22,68	22,58	95,1	658	

ДЕНЬ: СРЕДА  
НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Суп-лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Голубцы ленивые с соусом	100	5,22	4,8	7,53	111	485
Пюре гороховое	180	15,75	9,45	51,57	287	199
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		27,32	18,66	96,4	613	



Утверждаю:

Генеральный директор

АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"

С. В. Косых

2021 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ ШКОЛЬНЫХ ОБЕДОВ  
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4 КЛАССОВ ПРИ САХАРНОМ ДИАБЕТЕ  
(С ДВУХСМЕННЫМ РЕЖИМОМ РАБОТЫ)  
АО "КОМБИНАТ ШКОЛЬНОГО ПИТАНИЯ-ГЛОБУС"  
1 НЕДЕЛЯ

ДЕНЬ: ПОНЕДЕЛЬНИК  
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
Суп -лапша домашняя	200	2,35	3,91	14,2	103	148
Мясо тушеное	90	12,51	19,8	3,6	130	433
Каша перловая рассыпчатая	180	5,22	10,98	37,26	306	
Чай без сахара с лимоном	200	0,4		0,6	3	686
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		24,48	35,19	78,16	652	

ДЕНЬ: ВТОРНИК  
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептур
		Б	Ж	У		
Рассольник со сметаной	200	1,91	3,71	14,11	104	132
Пудинг из птицы с соусом	90	17,91	3,8	10,55	150	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		29,57	14,02	73,97	547	

ДЕНЬ: СРЕДА  
НЕДЕЛЯ: ПЕРВАЯ  
СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецепту
		Б	Ж	У		
Минестроне	200	5,2	4,4	10,8	104	акт
Фишболы в овощном соусе	120	14,16	9,48	10,08	193	акт
Пюре гороховое с маслом	150	13,18	4,98	43,05	270	199
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		36,54	19,36	87,03	679	



ДЕНЬ: ЧЕТВЕРГ  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Уха школьная	200	7,46	3,5	8,94	100	акт
Биточки из птицы с соусом	90	14,58	9,68	8,94	190	акт
Каша гречневая вязкая	180	5,55	6,01	25,01	176	510
Напиток из ягод без сахара	200	0,2		1,8	7	акт
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		31,79	19,69	67,19	583	

ДЕНЬ: ПЯТНИЦА  
 НЕДЕЛЯ: ВТОРАЯ  
 СЕЗОН: ЗИМНЕ-ВЕСЕННИЙ  
 ВОЗРАСТНАЯ КАТЕГОРИЯ: с 7 до 11 лет

НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Масса порций	Пищевые вещества (г)			ЭЦ (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Борщ сибирский со сметаной	200	3,17	3,94	13,4	102	111
Мясо, тушеное с капустой	250	14,3	37,32	13,33	445	
Чай без сахара	200			0,6	2	685
Хлеб ржаной	50	4	0,5	22,5	110	
Итого		21,47	41,76	49,83	659	

Среднее значение за период: 21,45 20,64 66,20 525

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