

Утверждаю
 Директор МБОУ «СОШ № 17»
 З.А.Дадаева
 30.08.2022г.

**МЕНЮ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ 1-4-х КЛАССОВ
 СТРАДАЮЩИХ ДИАБЕТОМ И ИНЫМИ ЗАБОЛЕВАНИЯМИ НА 10 ДНЕЙ**

| День | Наименование | № рецептуры | Выход,г | Белки,г | Жиры,г | Углеводы,г | ЭЦ,ккал |
|-------------|--|-------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| Понедельник | Каша Геркулесовая вязкая | 173 | 200 | 8,45 | 6,14 | 32,1 | 217,46 |
| | Чай без сахара | 376 | 200 | 0,1 | 0,03 | 0,03 | 0,79 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Яблоко свежее | 338 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 |
| | Итого | | 530 | 11,39 | 30,61 | 56,57 | 338,52 |
| Вторник | Вермишель отварная из твердых сортов пшеницы | 203 | 180 | 6,6 | 6,13 | 40,99 | 245,53 |
| | Чай с лимоном без сахара | 377 | 200 | 0,16 | 0,03 | 0,24 | 1,87 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Груша свежая | 338 | 100 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 45,5 |
| | Итого | | 510 | 9,53 | 7,33 | 66,17 | 368,77 |
| Среда | Сыр порционно | 15 | 15 | 3,95 | 3,99 | 0 | 51,71 |
| | Чай без сахара | 376 | 200 | 0,1 | 0,03 | 0,03 | 0,79 |
| | Картофель отварной | 310 | 180 | 3,46 | 0,71 | 20,54 | 102,39 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Яблоко свежее | 338 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 |
| | Итого | | 525 | 10,28 | 6 | 45,01 | 275,16 |
| Четверг | Каша пшеничная рассыпчатая | 302 | 180 | 7,87 | 6,74 | 45,49 | 274,1 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Огурцы свежие | 71 | 100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11,3 |
| | Чай со смородиной без сахара | 533 | 200 | 0,11 | 0,03 | 0,36 | 2,15 |
| | Итого | | 510 | 11,05 | 7,74 | 62,39 | 363,42 |
| Пятница | Сыр порционно | 15 | 30 | 6,96 | 8,85 | 0 | 107,49 |
| | Сырники из творога со сметаной | 219 | 20 | 38,1 | 33,03 | 25,29 | 50,47 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Мандарин свежий | 341 | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 35 |
| | Чай со смородиной без сахара | 533 | 200 | 0,11 | 0,03 | 0,36 | 2,15 |
| | Итого | | 380 | 48,34 | 42,98 | 48,48 | 270,98 |
| Понедельник | Каша Геркулесовая вязкая | 173 | 200 | 8,45 | 6,14 | 32,1 | 217,46 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Яблоко свежее | 338 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 |
| | Чай без сахара | 376 | 200 | 0,1 | 0,03 | 0,03 | 0,79 |
| | Итого | | 530 | 11,62 | 7,51 | 56,57 | 338,52 |

| | | | | | | | |
|---------|----------------------------|-----|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| | | | | | | | |
| Вторник | Запеканка из творога | 223 | 701 | 0,23 | 7,74 | 19,68 | 188,98 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Чай с лимоном без сахара | 377 | 200 | 0,16 | 0,03 | 0,24 | 1,87 |
| | Сыр порционно | 15 | 30 | 6,96 | 8,85 | 0 | 107,49 |
| | Груша свежая | 338 | 100 | 0,40 | 0,3 | 10,3 | 45,5 |
| | | | | | | | |
| Среда | Картофель отварной | 310 | 180 | 3,46 | 0,71 | 20,54 | 102,39 |
| | Сыр порционно | 15 | 30 | 6,69 | 8,85 | 0 | 107,49 |
| | Яблоко свежее | 338 | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 44,4 |
| | Чай без сахара | 376 | 200 | 0,1 | 0,03 | 0,03 | 0,79 |
| | Итого | | 510 | 10,65 | 9,99 | 30,37 | 255,07 |
| | | | | | | | |
| Четверг | Каша пшеничная рассыпчатая | 302 | 180 | 7,87 | 6,74 | 45,49 | 274,1 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Огурцы свежие | 71 | 100 | 0,7 | 0,1 | 1,9 | 11,3 |
| | Чай со смородиной | 533 | 200 | 0,11 | 0,03 | 0,36 | 2,15 |
| | Итого | | 510 | 11,05 | 8,01 | 62,39 | 363,42 |
| | | | | | | | |
| Пятница | Сыр порционно | 15 | 30 | 6,96 | 8,85 | 0 | 107,49 |
| | Сырники из творога | 219 | 200 | 0,11 | 0,03 | 0,36 | 2,15 |
| | Хлеб пшеничный | 817 | 30 | 2,37 | 0,87 | 14,64 | 75,87 |
| | Мандарин свежий | 341 | 100 | 0,8 | 0,2 | 7,5 | 35 |
| | Чай без сахара | 376 | 200 | 0,1 | 0,03 | 0,03 | 0,79 |
| | Итого | | 560 | 48,24 | 42,98 | 47,46 | 769,62 |