

Согласовано:
МБОУ "СОШ № 25" г. Озерск

Утверждаю:
Директор ООО "Кардинал"


С.К. Акужинов
" 09 " 01 2025 г.


И.Г. Вахитов
" 09 " 01 2025 г.

**Примерное 2-х недельное меню
горячего питания
для учащихся, нуждающихся в лечебном питании (диабетиков, с ожирением)
с 12 лет и старше (5 - 11 класс)**

(Данное меню основано на территориальном стандарте для использования в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения Челябинской области, утвержденное Главным внештатным диетологом Министерства здравоохранения Челябинской области Л.Н. Красногоровой)

Примерное 2-х недельное меню

горячего питания

для учащихся, нуждающихся в лечебном питании (диабетиков, с ожирением) с 12 лет и старше (5 - 11 класс)

№ п/п	Наименование	Выход	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры
		г	г	г	г	ккал	
1 НЕДЕЛЯ							
День 1							
1	Яйцо отварное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	С6.2015 г. № 209
2	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	С6.2015 г. № 15
3	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	С6.2015 г. № 14
4	Каша гречневая молочная	250	11,27	7,18	43,82	286,25	С6.2015 г. № 183
5	Чай без сахара	200	0,10	0,03	0,02	0,70	С6.2015 г. № 375
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,24	0,44	19,76	91,96	
	Итого за день:	550	21,09	22,45	64,01	543,91	
День 2							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	С6.2015 г. № 14
2	Омлет натуральный	80	7,44	13,25	1,41	154,49	С6.2015 г. № 210
3	Каша молочная пшеничная	200	7,44	4,48	36,92	219,00	С6.2015 г. № 182
4	Кофейный напиток с молоком без сахара	200	3,17	2,68	15,95	100,60	С6.2015 г. № 379
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	
	Итого за день:	550	21,49	28,32	84,05	678,03	
День 3							
1	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	С6.2015 г. № 15
2	Рыба припущенная в молоке	100	12,38	7,05	2,87	124,00	С6.2015 г. № 228
3	Картофельное пюре	180	3,69	5,78	24,53	164,70	С6.2015 г. № 312
4	Напиток из плодов шиповника без сахара	200	0,68	0,28	0,80	8,20	С6.2015 г. № 388
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	
	Итого за день:	550	22,43	16,72	57,84	470,84	
День 4							
1	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	С6.2015 г. № 14
2	Запеканка из творога с морковью с соусом сметанным без сахара	50/30	5,88	5,24	16,91	138,00	С6.2015 г. № 224
3	Каша молочная "Здоровье"	200	7,20	5,20	44,60	254,00	С6.2005 г. № 37
4	Какао с молоком без сахара	200	4,08	3,55	7,60	38,60	С6.2015 г. № 382
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	
	Итого за день:	550	20,60	21,90	98,88	634,54	
День 5							
1	Сыр (порциями)	10	2,32	2,95	0,00	36,00	С6.2015 г. № 15
2	Масло сливочное (порциями)	10	0,08	7,25	0,13	66,00	С6.2015 г. № 14
3	Плов (из мяса птицы)	270	22,51	11,19	45,56	373,34	С6.2015 г. № 291
4	Чай без сахара	200	0,10	0,03	0,02	0,70	С6.2015 г. № 375
5	Хлеб ржано-пшеничный	60	3,36	0,66	29,64	137,94	
	Итого за день:	550	28,37	22,08	75,35	613,98	

Согласовано:
МБОУ "СОШ № 25" г. Озерск

Утверждаю:
Директор ООО "Кардинал"


С.К. Акужинов
" 09 " 01 2025 г.


И.Г. Вахитов
" 09 " 01 2025 г.

**Примерное 2-х недельное меню
горячего питания
для учащихся, нуждающихся в лечебном питании (диабетиков, с ожирением)
с 12 лет и старше (5 - 11 класс)**

(Данное меню основано на территориальном стандарте для использования в лечебно-профилактических учреждениях здравоохранения Челябинской области, утвержденное Главным внештатным диетологом Министерства здравоохранения Челябинской области Л.Н. Красногоровой)