

Утверждаю
Директор МАОУ «Школа № 6» КГО
Н.Н. Захарова
01.09.2026



Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Школа № 6»
Камышловского городского округа

Примерное 2-х разовое меню
для организации детей с сахарным диабетом, на 10 дней
В 2026 – 2027 учебном году

(возрастная группа с 12 лет и старше)

ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ 2-х разового питания для детей от 12 лет и старше, с сахарным диабетом

[illegible]

Понедельник, первый неслыш

Загвар

4/57 (2018 № 1/6)	Яйцо отварное	50	6,35	6,35	5,75	0,00	0,35	78,48	27,50	6,00	96,00	1,25	125,00	130,00	0,30	0,04	0,00
1/51 (2004 № 3)	Бутерброд на баттоне шпацином витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	4,98	3,49	11,60	0,16	10,28	166,36	135,63	7,89	89,18	0,38	77,42	88,20	0,40	0,03	0,10
2/76 (2004 № 311)	Каша жидкая рисовая с маслом без сахара	250	5,75	3,19	8,74	0,37	32,43	231,08	136,37	32,56	147,03	0,51	54,00	60,20	0,23	0,06	0,57
11/72 (2014 № 11,8)	Какао с молоком без сахара	200	4,03	2,84	3,19	0,74	6,87	68,88	122,61	33,49	114,16	1,16	20,00	22,15	0,02	0,04	0,52
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
Итого за "Завтрак"			22,43	15,87	29,52	1,50	58,27	583,47	429,11	89,33	477,97	4,09	276,42	300,75	1,22	0,20	1,19

Offen

7/40	Салат из моркови с растительным маслом без сахара	100	1,21	0,00	5,97	5,97	8,66	88,32	25,14	35,38	51,32	0,65	0,00	1900,00	3,02	0,06	4,66
6/1	Уха из горбуши	300	8,35	6,94	4,41	0,25	13,46	124,60	17,96	12,82	76,28	0,76	15,11	266,55	0,73	0,09	1,44
9/16	Фрикадельки куриные	120	18,30	0,00	3,66	2,70	8,09	139,30	0,00	0,00	0,06	0,00	0,00	0,00	1,58	0,00	0,00
5/8 (2004 № 520)	Пюре картофельное	200	4,38	1,00	5,68	0,62	30,56	189,11	62,03	43,66	130,16	1,60	33,08	42,21	0,24	0,18	12,21
5/9	Кукуруза протертая с маслом	40	0,84	0,00	1,72	1,72	4,33	35,98	0,29	0,02	0,09	0,00	0,00	0,00	0,70	0,00	0,00
11/66 (МР 2.4.0162-19 2.4 № 11.10а)	Чай с лимоном без сахара	200	0,26	0,00	0,06	0,06	0,48	4,15	2,72	0,80	1,43	0,04	0,00	0,14	0,01	0,00	1,12
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	40	2,64	0,00	0,26	0,26	18,76	89,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
	Хлеб ржаной	60	3,96	0,00	0,72	0,72	25,02	116,03	21,00	28,70	94,80	2,34	0,00	0,60	0,84	0,11	0,00

Итого за 'Общ'

Utrero in Occi-
Utrero in Occi-

Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20)
12 лет и старше)

Выполнение, %

Содержание, % от	Самостоятельно, %
Содержание, % от	Самостоятельно, %

Содержание,
кратчайший

Содержание: Введение

Содержание В.Ж.

[illegible]

Занурок

Соотношение Са:Р

Защитник

Соотношение Б:Ж:У	Соотношение Са:Р
1:1:2,4	1:1,5

Заклучок

		40	0,74	0,00	0,21	0,24	20,58	81,62	23,94	30,17	24,55	0,89	0,00	3,40	0,61	0,00	0,41
	Сухофрукты порционно	40	0,74	0,00	0,21	0,24	20,58	81,62	23,94	30,17	24,55	0,89	0,00	3,40	0,61	0,00	0,41
3/10	Запеканка творожная без сахара	150	25,12	23,96	16,45	2,53	11,08	296,87	227,27	32,42	284,51	0,81	95,20	108,65	1,60	0,07	0,46
11/75 (2018 № 27/10)	Чай без сахара	200	0,08	0,00	0,02	0,02	0,06	0,64	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Батон пшеничный, витаминизированный	20	1,54	0,00	0,60	0,60	10,66	53,90	4,40	6,60	17,00	0,40	0,00	0,00	0,34	0,03	0,00
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
-	Фрукт свежий	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24,00	13,50	16,50	3,30	0,00	7,50	0,30	0,05	15,00

Итого за "Завтрак"

Объём

7/59 (2018 № 20/1)	Салат из свежих томатов с растительным маслом	100	1,01	0,00	6,06	6,06	4,79	76,75	14,70	18,53	24,44	0,84	0,00	125,02	3,30	0,06	23,03
6/65 (2004 № 168)	Суп-шоре из разных овощей с грибами	250	4,11	1,03	4,77	0,37	21,72	143,13	72,26	26,82	81,75	1,01	27,06	395,04	0,47	0,08	8,01
8/27	Плов со свининой	250	17,14	12,87	31,70	6,72	47,23	542,22	19,80	48,88	190,46	2,22	0,00	295,20	4,47	0,32	1,59
11/68 (MP 2.4.0162-19 2.4 № 11.14)	Отвар шиповника без сахара	200	0,65	0,00	0,27	0,27	12,03	46,50	10,80	3,06	3,06	0,54	0,00	163,40	0,76	0,01	40,00
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,78	0,04	0,00

Итого на 'Обел'

Итого 13 день.

Norma (CaF₂) 2.3/2.4/3.590-20

12 лет и старше)

Bismuthene, %

Содержание, % от	Самозатвердевающие, %
1	2
3	4
5	6
7	8
9	10
11	12
13	14
15	16
17	18
19	20
21	22
23	24
25	26
27	28
29	30
31	32
33	34
35	36
37	38
39	40
41	42
43	44
45	46
47	48
49	50
51	52
53	54
55	56
57	58
59	60
61	62
63	64
65	66
67	68
69	70
71	72
73	74
75	76
77	78
79	80
81	82
83	84
85	86
87	88
89	90
91	92
93	94
95	96
97	98
99	100

Содержание

Содержание: Е.М.М.

Сопровождение в Ж...

414

Загвар

[illegible]

Обла

[illegible]

Вторник, вторая неделя

Завтрак

[illegible]

Обел

[illegible]

Завтрак

[illegible]

Итого за 'Обед'	48,30	29,72	35,74	25,21	85,58	840,64	183,88	154,33	545,01	10,34	176,32	940,50	13,29	0,43	61,03
Итого за день	66,06	39,24	59,85	27,06	162,13	1425,12	604,45	762,14	970,85	14,40	137,74	1413,15	14,79	0,43	62,72

12 лет и старше)

Concentration, % of

Coastal Range, 17 May

Сопоставление с

Завтрак

3/10	Запеканка творожная без сахара	150	25,12	23,96	16,45	2,53	11,08	296,87	227,27	32,42	284,51	0,81	95,20	108,65	1,60	0,07	0,46
11/66 (МР 2.4.0162-19 2.4 № 11.10а)	Чай с лимонном без сахара	200	0,26	0,00	0,06	0,06	0,48	4,15	2,72	0,80	1,43	0,04	0,00	0,14	0,01	0,00	1,12
-	Фрукт свежий	150	0,60	0,00	0,60	0,60	17,40	73,02	24,00	13,50	16,50	3,30	0,00	7,50	0,30	0,05	15,00
-	Орехи	20	3,05	0,00	10,70	12,16	3,13	118,78	15,66	20,88	57,77	0,35	0,00	1,60	0,52	0,06	0,46
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	16,68	77,35	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	0,40	0,56	0,07	0,00
Итого за "Завтрак"			31,66	23,96	28,29	15,83	48,78	570,17	283,65	86,40	423,41	6,06	95,20	118,29	2,99	0,24	17,04

Office

[illegible]

Завтрак

1/51 (2004 № 3)	Бутерброд на батоне пшеничном витаминизированном с сыром и маслом 20/15/10 г	45	4,98	3,49	11,60	0,16	10,28	166,36	135,63	7,89	89,18	0,38	77,42	88,20	0,40	0,03	0,10
4/57 (2018 № 1/6)	Яйцо отварное	50	6,35	6,35	5,75	0,00	0,35	78,48	27,50	6,00	96,00	1,25	125,00	130,00	0,30	0,04	0,00
2/66 (MP 2.4.0162-19, 2.4.)	Каша жидкая геркулесовая с маслом без сахара	250	7,83	3,33	10,77	2,27	29,37	242,74	158,11	61,22	212,96	1,46	55,00	61,30	0,68	0,18	0,60
11/59 (2004 № 692)	Кофейный напиток без сахара	200	2,74	2,90	2,20	0,00	4,89	49,72	105,60	12,18	78,30	0,09	12,00	22,00	0,00	0,03	0,52
-	Хлеб ржаной	20	1,32	0,00	0,24	0,24	8,34	38,68	7,00	9,40	31,60	0,78	0,00	0,20	0,28	0,04	0,00
Итого за "Завтрак"			23,22	16,07	30,56	2,66	53,24	575,97	433,84	96,68	508,04	3,96	269,42	301,70	1,65	0,31	1,22

Обед

7/53 (2018 № 21/1)	Салат из свежих огурцов и томатов с растительным маслом	100	0,88	0,00	6,01	6,01	4,01	72,15	18,85	15,77	31,81	0,71	0,00	67,21	3,02	0,04	16,12
6/57 (2004 № 139)	Суп картофельный с бобовыми	250	8,88	2,91	7,77	3,20	23,16	192,21	43,14	39,60	106,65	2,47	18,36	411,80	1,99	0,22	4,94
9/6	Фрикасе из филе бедра в сметанном соусе	100	13,08	14,13	14,42	3,29	3,85	196,48	21,81	16,45	104,97	1,06	18,89	245,90	2,33	0,05	0,89
5/57 (2004 № 214)	Капуста тушеная	100	2,52	0,00	2,65	2,65	10,15	69,51	59,68	24,55	48,11	0,92	0,00	171,57	1,44	0,04	18,64
5/54 (2004 № 516)	Макаронные изделия отварные	100	3,77	0,03	2,72	0,44	23,61	133,62	8,82	5,27	29,33	0,54	13,20	14,85	0,57	0,04	0,00
11/70 (2018 № 1/10)	Отвар из яблок и кураги без сахара	200	0,41	0,00	0,17	0,17	7,87	31,63	13,97	8,41	10,88	1,01	0,00	31,15	0,36	0,01	1,68
-	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,32	0,00	0,13	0,13	9,38	44,78	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
-	Хлеб ржаной	40	2,64	0,00	0,48	0,48	16,68	77,35	14,00	18,80	63,20	1,56	0,00	0,40	0,56	0,07	0,00
Итого за "Обед"			33,49	17,07	34,36	16,38	98,70	817,73	180,27	128,86	394,95	8,26	50,45	942,88	10,26	0,48	42,27
Итого за день			56,71	33,14	64,91	19,04	151,94	1393,70	614,11	225,54	903,00	12,22	319,87	1244,58	11,91	0,79	43,49
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,40	70,00
Выполнение, %			63,01	0,00	70,55	0,00	39,67	51,24	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	138,29	0,00	56,43	62,13
Содержание, % от калорийности			17,00		43,00	40,00											
Соотношение Б:Ж:У			1:1,1:2,4														
Соотношение Са:Р			1:1,5														

Итого за период			609,53	343,26	648,56	224,17	1585,21	14360,24	5655,27	2393,09	8954,57	130,77	3086,05	17410,34	129,78	7,28	463,84
Среднее за период			60,95	34,33	64,86	22,42	158,52	1436,02	565,53	239,31	895,46	13,08	308,61	1741,03	12,98	0,73	46,38
Норма (СанПиН 2.3/2.4.3590-20 12 лет и старше)			90,00	0,00	92,00	0,00	383,00	2720,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	900,00	0,00	1,40	70,00
Выполнение, %			67,73	0,00	70,50	0,00	41,39	52,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	193,45	0,00	52,00	66,26
Содержание, % от калорийности			16,98		40,65	41,58											

* Блюда (изделия) изготовлены с использованием йодированной соли

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 312785006653143968851816314299382482766709872302

Владелец Захарова Наталья Николаевна

Действителен с 10.08.2026 по 10.08.2027