

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МКОУ  
Октябрьской СШ № 9

О.С. Белов

" 20 11 2023 г.  
Пр. № 104 от 11.11.2023

Циклическое 10 - дневное меню МКОУ Октябрьской СШ № 9 на 2023 - 2024 год, для учащихся с сахарным диабетом

День	Раздел	№ рецеп	Наименование блюда	Выход (г.)	Цена	Калорийность	Белки	Жиры	Углеводы
День 1 Завтрак	гор.блюдо	54-2т-2020	Запеканка из творога с морковью	200	39,30	363,2	18,6	15,9	36,4
	гор.блюдо								
	гор.напиток	54-22гн-2020	Чай с лимоном и сиропом стевии	200	27,00	8,3	0,2	0,1	1,7
	хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	50	4,13	31,932			7,987
	фрукты	п/р	Яблоко	100	20,00	47	0,4	0,4	9,8
	хлеб								
	гор.блюдо								
			<b>Итого завтрак:</b>	<b>550</b>	<b>90,43</b>	<b>450,432</b>	<b>19,2</b>	<b>16,4</b>	<b>55,887</b>
День 2 Завтрак	гор.блюдо	244М/БМД	Плов из курицы	270	74,37	597,04	25,47	34,14	46,91
		п/р	Сыр	25	18,00	91	5,8	7,37	-
	гор.напиток	54-11гн-2020	Чай черный байховый с молоком и сиропом стевии	200	32,00	33,9	1,6	1,5	3,7
	хлеб	п/р	Хлеб пшеничный	50	4,13	31,932			7,987
	фрукты	п/р	Мандарин	100	44,10	38	0,8	0,2	7,5
	гор.блюдо								
			<b>Итого завтрак:</b>	<b>645</b>	<b>172,60</b>	<b>791,872</b>	<b>33,67</b>	<b>43,21</b>	<b>66,097</b>
	гор.блюдо	54-11к-2020	Каша вязкая молочная овсяная с курагой	210	28,25	306,4	9,1	12,8	38,8







