



1 ВАРИАНТ БС
«Завтрак школьника (Сахарный диабет)»
для обучающихся 1-4 классов
Перемены с 08:00 до 12:00
Март - Май 2026 г.
для ОУ № 1ф,8,11ф,18,21ф,52ф,60,61,70,77,80

I НЕДЕЛЯ			II НЕДЕЛЯ		
ДЕНЬ НЕДЕЛИ	Выход, гр.	Пищевая/ энергетическая ценность / Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	ДЕНЬ НЕДЕЛИ	Выход, гр.	Пищевая/ энергетическая ценность / Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК			ПОНЕДЕЛЬНИК		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Каша кукурузная молочная с маслом без сахара	200/5	7,32/7,29/29,64/212,73	Сыр порциями	15	3,48/4,42/0/54,6
Омлет натуральный	110	11,4/12,06/2,04/163,06	Масло сливочное порциями	15	0,12/10,88/0,19/99,15
Хлеб ржаной	25	1,65/0,3/10,05/49,5	Каша пшеничная молочная с маслом без сахара	200/5	8,78/8,33/28,33/223,66
Чай с лимоном без сахара	200	0,04/0,0,14/1,53	Хлеб ржаной	25	1,65/0,3/10,05/49,5
			Чай без сахара	200	0/0/0/0
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,50
Гуляш	90	13,11/16,09/3,64/216,03	Филе птицы запеченное в соусе с паприкой NEW	90	16,64/5,32/1,22/120,82
Пюре из гороха с маслом	150	15,82/4,22/32,01/226,19	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,26/4,96/31,76/198,84
Хлеб ржаной	45	2,97/0,54/18,09/89,1	Хлеб ржаной	50	3,3/0,6/21/99
Сок томатный	200	0/0/9/40	Чай с лимоном без сахара	200	0/0/0/0
СРЕДА			СРЕДА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	34	4,96/7,92/1,36/96,22
Сыр порциями	20	4,64/5,9/0/72,8	Биточек из рыбы	90	14,8/13,02/12,17/226,36
Запеканка из творога без сахара	150	27,64/11,79/13,06/272,41	Булгур отварной с маслом	150	5,77/5,05/34,26/194
Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2	Хлеб ржаной	30	1,98/0,36/12,06/59,4
Чай без сахара	200	0/0/0/0	Чай без сахара	200	0/0/0/0
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Сыр порциями	20	4,64/5,9/0/72,8	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Запеканка куриная с рисом с красным соусом NEW	90	9,9/7,47/4,41/124,27	Масло сливочное порциями	10	0,08/7,25/0,13/66,1
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,26/4,96/31,76/198,84	Омлет с сыром	150	18,86/20,22/2,79/270,32
Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2	Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2
Отвар из шиповника без сахара	200	0,64/0,25/8,79/51,12	Отвар из шиповника без сахара	200	0,64/0,25/8,79/51,12
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Икра овощная	60	1,2/5,4/5,12/73,2
Масло сливочное порциями	10	0,08/7,25/0,13/66,1	Биточек мясной с томатным соусом с зеленью NEW	90	10,68/8,26/12,3/168,03
Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6	Каша пшеничная вязкая с маслом	150	3,93/4,24/21,84/140,55
Омлет натуральный	150	15,59/16,45/2,79/222,3	Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2
Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2	Сок томатный	200	0/0/9/40
Чай без сахара	200	0/0/0/0			



1 ВАРИАНТ БС
«Завтрак школьника (Сахарный диабет)»
для обучающихся 1-4 классов
Перемены с 08:00 до 12:00
Март - Май 2026 г.
для ОУ № 1ф,8,11ф,18,21ф,52ф,60,61,70,77,80

III НЕДЕЛЯ			IV НЕДЕЛЯ		
ДЕНЬ НЕДЕЛИ	Выход, гр.	Пищевая/ энергетическая ценность / Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)	ДЕНЬ НЕДЕЛИ	Выход, гр.	Пищевая/ энергетическая ценность / Б/Ж/У/ Эн.цен.(ккал)
ПОНЕДЕЛЬНИК			ПОНЕДЕЛЬНИК		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,45/15,45/70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6	Каша овсяная молочная с маслом без сахара	200/5	8,73/9,92/25,63/227,99
Яйцо отварное	50	6,35/5,75/0,35/78,5	Омлет натуральный	110	11,4/12,06/2,04/163,06
Каша пшеничная молочная с маслом без сахара	200/5	7,26/7,19/23,07/186,39	Хлеб ржаной	25	1,65/0,3/10,05/49,5
Хлеб ржаной	45	2,97/0,54/18,09/89,1	Чай без сахара	200	0/0/0/0
Чай без сахара	200	0/0/0/0			
ВТОРНИК			ВТОРНИК		
Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11	Икра овощная	60	1,2/5,4/5,12/73,2
Котлета мясная	90	12,69/11,67/12,41/208,23	Гуляш	90	13,11/16,09/3,64/216,03
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,26/4,96/31,76/198,84	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,26/4,96/31,76/198,84
Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2	Хлеб ржаной	50	3,3/0,6/20,1/99
Сок томатный	200	0/0/9/40	Сок томатный	200	0/0/9/40
СРЕДА			СРЕДА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Запеканка из творога без сахара	150	27,64/11,79/13,06/272,41	Запеканка из творога без сахара	150	27,64/11,79/13,06/272,41
Яйцо отварное	50	6,35/5,75/0,35/78,5	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11
Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2	Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2
Чай с лимоном без сахара	200	0,04/0/0,14/1,53	Чай с лимоном без сахара	200	0,04/0/0,14/1,53
ЧЕТВЕРГ			ЧЕТВЕРГ		
Маринад из моркови	60	1,12/4,27/6,02/68,62	Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6
Медальоны куриные с томатным соусом и зеленью	105	12,38/10,59/16,84/167,46	Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,26/4,96/31,76/198,84	Рыба тушеная с овощами	90	13,45/3,02/4,79/99,04
Хлеб ржаной	25	1,65/0,3/10,05/49,5	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	150	7,26/4,96/31,76/198,84
Отвар из шиповника без сахара	200	0,64/0,25/8,79/51,12	Хлеб ржаной	25	1,65/0,3/10,05/49,5
			Чай без сахара	200	0/0/0/0
ПЯТНИЦА			ПЯТНИЦА		
Фрукты в ассортименте	150	0,6/0,6/14,7/70,5	Сыр сливочный в индивидуальной упаковке	17	2,48/3,96/0,68/48,11
Масло сливочное порциями	10	0,08/7,25/0,13/66,1	Котлета мясная	90	12,69/11,67/12,41/208,23
Сыр порциями	15	3,48/4,43/0/54,6	Каша пшеничная вязкая с маслом	150	3,93/4,24/21,84/140,55
Омлет натуральный	150	15,59/16,45/2,79/222,3	Хлеб ржаной	50	3,3/0,6/20,1/99
Хлеб ржаной	40	2,64/0,48/16,08/79,2	Чай без сахара	200	0/0/0/0
Чай без сахара	200	0/0/0/0			