

### МЕНЮ

на 12 - 16 Сентября 2 022 г. 1-Комплекс Диета 9 сахарный диабет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежий овощей (томаты, огурцы)	14	0,72	0,12	2,28	40/40	15,68
2	Филе куриное,запечен. с овощами п/ф Диета	155,47	11,74	11,12	2,05	70	44,71
3	Макаронные изделия отварные*	182,07	5,57	0,59	38,29	150	9,77
4	Напиток тёплый из шиповника без сахара	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	70,06	2,31	0,39	14,36	35	2,96
		<b>478,4</b>	<b>21,02</b>	<b>12,5</b>	<b>66,64</b>		<b>80,00</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат из моркови с сыром (морк,сыр,масло) п/ф	70,61	2,28	4,68	4,62	70	12,76
2	Тефтели мясные п/ф Диета	178,01	7,42	15,02	3,24	70	34,98
3	Соус красный основной п/ф Диета	22,59	0,16	1,75	1,49	50	2,48
4	Картофельные дольки запеченные п/ф	184,39	3,4	6,62	27,71	170	18,80
5	Напиток тёплый вишневый без сахара Диета	13	0,05	0,2	2,65	200	8,20
6	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	72,25	2,32	0,39	14,84	36	2,78
		<b>540,85</b>	<b>15,63</b>	<b>28,66</b>	<b>54,55</b>		<b>80,00</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Помидоры свежие порц. с маслом раст.	48,27	0,77	3,64	2,66	70	17,21
2	Чахохбили "По-школьному" (лук п/ф) Диета	131,8	10,88	8,81	2,14	50/50	42,51
3	Гречка вязкая Диета	148,51	4,79	4,75	21,7	150	5,88
4	Напиток "Тюменский туюсок" без сахара	9,6	0,17	0,09	1,56	200	12,48
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	45,44	1,5	0,25	9,32	23	1,92
		<b>383,62</b>	<b>18,11</b>	<b>17,54</b>	<b>37,38</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,05	0,39	0,06	1,05	55	8,53
2	Бефстроганов из минтая, п/ф	151,24	10,22	9,99	10,67	45/45	35,83
3	Пюре картофельное (карт п/ф)	111,31	3,23	1,11	22,02	150	20,21
4	Чай без сахара	0,01				200	0,48
5	Кисломолочный напиток "Снежок" 100гр					1шт/100гр	11,98
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	70,06	2,31	0,39	14,36	35	2,97
		<b>338,67</b>	<b>16,15</b>	<b>11,55</b>	<b>48,1</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Винегрет овощной п/ф	128,12	1,37	10,17	7,59	100	16,46
2	Фарфале с филе куриным в соусе и сыром (лук п/ф)	283,7	13,16	7,52	41,27	200	31,00
3	Чай с ягодно-яблочной смесью без сахара	6,01	0,08		1,28	200	3,53
4	Мармелад желеыйный "Лакомства для здоровья" 7 гр					2шт/7гр	27,11
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	45,21	1,49	0,25	9,27	23	1,90
		<b>463,04</b>	<b>16,1</b>	<b>17,94</b>	<b>59,41</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_

*Рез*  
 (подпись)

Экономист по ценам \_\_\_\_\_

*Грицюк*  
 (подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник \_\_\_\_\_

*α*  
 (подпись)

Технолог \_\_\_\_\_

*Фоменко*  
 (подпись)

Фоменко С.В.



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575835

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 04.03.2022 по 04.03.2023