

МЕНЮ

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

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,6	0,42	0,06	1,14	60	9,30
2	Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр Гауда, масло.сл.)	340,26	17,59	12,45	38,97	200	50,03
3	Напиток тёплый из шиповника без сахара	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	80,24	2,65	0,44	16,45	40	3,39
		530,9	21,74	13,63	76,02		80,00
Вторник							
Завтрак							
1	Помидоры свежие порционно	16,8	0,77	0,14	2,66	70	16,56
2	Биточки из говядины*Диета	158,72	9,91	12,52	1,87	70	48,68
3	Гречка отварная с овощами м.р п/ф	165,37	4,85	6,19	22,5	150	9,61
4	Чай без сахара с лимоном	2,39	0,06	0,01	0,21	200/7	2,17
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	70,53	2,33	0,39	14,46	35	2,98
		413,81	17,92	19,25	41,7		80,00
Среда							
Завтрак							
1	Салат из моркови с зеленым горошком п/ф	87,85	1,38	7,09	4,52	70	11,40
2	Жаркое "По-домашнему"со свининой ов.п/ф	306,98	12,64	17,59	23,7	40/160	55,27
3	Напиток тёплый из клубники без сахара	12,3	0,24	0,12	2,25	200	8,08
4	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	87,87	2,58	1,27	15,26	37	5,25
		495	16,84	26,07	45,73		80,00
Четверг							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих овощей (огурцы, перец сладкий)	8,85	0,51	0,06	1,59	45/15	14,68
2	Омлет натуральный, запеченный с сыром	258,87	16,58	20,35	2,36	130	48,87
3	Какао-напиток молочный с витам.С без сахара	61,1	3,52	2,95	5	200	13,87
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	61,07	2,02	0,34	12,52	31	2,58
		389,89	22,63	23,7	21,47		80,00
Пятница							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" с луком зеленым с маслом п/ф	93,44	1	5,98	8,3	75	17,40
2	Поджарка из свинины /лук п/ф/	220,57	10,58	18,41	2,4	40/15	43,41
3	Рис припущенный м.р	215,72	3,68	8,92	37,28	150	8,54
4	Напиток тёплый из кураги (без сахара)	46,4	1,04	0,06	10,2	200	8,32
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	54,91	1,81	0,3	11,26	27	2,33
		631,04	18,11	33,67	69,44		80,00

Повар-бригадир  (подпись)

Экономист по ценам  Грицок О.М. (подпись)

Мед. работник  (подпись)

Технолог  Фоменко С.В. (подпись)

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575835

Владелец Головчак Елена Владимировна

Действителен с 04.03.2022 по 04.03.2023