

утверждаю:
 Акционерное общество Комбинат школьного питания
 Центральный
 г. Тюмень
 И.Н. *Масел*



МЕНЮ

на 26 - 30 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) | 7,7 | 0,49 | 0,07 | 1,33 | 70 | 10,85 |
| 2 | Мак-н-чиз с филе куриным (макароны, филе кур., молоко, сыр Гауда, масло.сл.) | 391,29 | 20,23 | 14,32 | 44,81 | 230 | 57,54 |
| 3 | Напиток тёплый из кураги (без сахара) | 46,4 | 1,04 | 0,06 | 10,2 | 200 | 8,32 |
| 4 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин. | 77,87 | 2,57 | 0,43 | 15,96 | 39 | 3,29 |
| | | 523,26 | 24,33 | 14,88 | 72,3 | | 80,00 |
| Вторник | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Бутерброд с маслом сливочным (хлеб "Абсолютик" рж.-пшен.) | 113,9 | 1,48 | 7,59 | 9,24 | 20/10 | 13,60 |
| 2 | Голубцы ленивые Диета п/ф | 188,83 | 10 | 13,49 | 6,94 | 100 | 49,58 |
| 3 | Соус красный основной п/ф Диета | 22,59 | 0,16 | 1,75 | 1,49 | 50 | 2,47 |
| 4 | Гречка отварная с овощами м.р п/ф | 165,37 | 4,85 | 6,19 | 22,5 | 150 | 9,61 |
| 5 | Чай ройбуш без сахара | 0,25 | | 0,01 | 0,01 | 200 | 2,30 |
| 6 | Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный | 55,84 | 1,61 | 0,4 | 10,63 | 23 | 2,44 |
| | | 546,78 | 18,1 | 29,43 | 50,81 | | 80,00 |
| Среда | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Салат из моркови, сыром Гауда с маслом п/ф | 84,6 | 2,9 | 5,51 | 5,6 | 85 | 15,62 |
| 2 | Жаркое "По-домашнему" со свиной о.в.п/ф | 306,98 | 12,64 | 17,59 | 23,7 | 40/160 | 55,27 |
| 3 | Напиток тёплый из вишни и черники без сахара | 0,72 | 0,01 | | 0,18 | 200 | 6,32 |
| 4 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин. | 66,27 | 2,19 | 0,36 | 13,59 | 33 | 2,79 |
| | | 458,57 | 17,74 | 23,46 | 43,07 | | 80,00 |
| Четверг | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Огурцы соленые | 5,2 | 0,32 | 0,04 | 0,68 | 40 | 12,48 |
| 2 | Горбуша запеченная Диета | 22,48 | | 2,5 | | 50 | 49,22 |
| 3 | Рис припущенный | 216,78 | 3,97 | 7,98 | 39,84 | 160 | 13,36 |
| 4 | Чай с апельсинами (без сахара) | 3,02 | 0,06 | 0,01 | 0,57 | 200/7 | 1,72 |
| 5 | Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин. | 76,21 | 2,52 | 0,42 | 15,62 | 38 | 3,22 |
| | | 323,69 | 6,87 | 10,95 | 56,71 | | 80,00 |
| Пятница | | | | | | | |
| Завтрак | | | | | | | |
| 1 | Винегрет овощной п/ф | 76,87 | 0,82 | 6,1 | 4,56 | 60 | 9,88 |
| 2 | Азу из свинины "По-новому" (лук п/ф) Диета | 201,27 | 9,8 | 17,08 | 1,39 | 40/40 | 42,64 |
| 3 | Макаронные изделия отварные безглютеновые | 196,05 | 0,22 | 4,99 | 37,57 | 130 | 17,21 |
| 4 | Напиток тёплый из шиповника без сахара | 56,8 | 0,68 | 0,28 | 9,66 | 200 | 6,88 |
| 5 | Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный | 56,74 | 1,67 | 0,82 | 9,85 | 24 | 3,39 |
| | | 587,73 | 13,19 | 29,27 | 63,03 | | 80,00 |

Повар-бригадир

Сид
(подпись)

Экономист по ценам

Грицок
(подпись)

Грицок О.М.

Мед. работник

Фоменко
(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