



Утверждаю:

Аудиторское общество Комбинат школьного питания
Центральный
г. Тюмень
И.Н. *Марел*



Согласовано:

Директор
Средняя
общееобразовательная
школа № 1
города Тюмени
(подпись)

МЕНЮ

на 23 - 27 Января 2023 г. 1-Комплекс Диета 9 сахарный диабет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Нарезка из свежих помидоров	19,2	0,88	0,16	3,04	80	18,96
2	Бутерброд с сыром (хл.рж. Дарницкий) диета 9	110,6	6,07	6,11	7,85	19/20	18,14
3	Плов из филе куриного /ов п/ф/	376,19	18,85	15,72	39,71	70/150	64,73
4	Чай яблочно-брусничный без сахара	7,01	0,08	0,07	1,39	200	3,72
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	50,65	1,67	0,28	10,38	25	2,15
		563,65	27,55	22,34	62,37		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Помидоры свежие порционно	19,2	0,88	0,16	3,04	80	18,93
2	Гуляш из свинины (лук п/ф) Диета	325,92	18,16	26,75	1,93	75/75	59,66
3	Картофель отварной (карт. п/ф) м р	184,39	3,4	6,62	27,71	170	18,80
4	Напиток тёплый из вишни (без сахара)					200	5,00
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	88,88	2,61	1,29	15,43	38	5,31
		618,39	25,05	34,82	48,11		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	24,70
2	Люля-кебаб из филе куриного с маслом сливочным (хл.Рябин.) п/ф	230,74	12,53	16,56	15,02	90/10	49,37
3	Гречка отварная с овощами /ов. п/ф Диета	198,44	5,82	7,43	27	180	11,54
4	Чай ройбуш без сахара	0,25		0,01	0,01	200	2,30
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	83,79	2,76	0,46	17,18	42	3,54
6	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	100	16,25
		576,82	22,63	25,18	71,96		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Винегрет овощной с капустой квашеной п/ф	98,26	0,88	8,11	5,41	80	11,48
2	Чахохбили По-школьному из индейки Диета п/ф	210,25	17,76	14,16	2,78	65/65	66,97
3	Макаронные изделия отварные безглютеновые	256,37	0,29	6,52	49,13	170	22,51
4	Чай яблочно-брусничный без сахара	7,01	0,08	0,07	1,39	200	3,72
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	71,48	2,36	0,39	14,65	36	3,02
		643,37	21,37	29,25	73,36		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Салат "Витаминный" 9 диета (капуста пек., огурцы, томаты, сок лим., яблоки св., лук зел., масло растит.)	62,62	1,25	4,13	4,68	80	17,21
2	Рыба запеченная /минтай/ Диета	113,68	16,17	5,41		90	47,69
3	Рис припущенный с овощами /лук, морковь/ овощи п/ф м.р.	219,72	4	8,81	37,32	165	13,53
4	Чай яблочно-брусничный без сахара	7,01	0,08	0,07	1,39	200	3,72
5	Йогурт со злаками и черникой питьевой 100гр	74	2,8	2,5	11	1шт/100гр	22,75
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич.витамин.	66,27	2,19	0,36	13,59	33	2,80
		543,3	26,49	21,28	67,98		107,70

Повар-бригадир

Марел
(подпись)

Экономист по ценам

Грицюк
(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

Технолог
(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