



Администрация Комбинат школьного питания Центральный

И.Н. *Масал*

Директор



## МЕНЮ

на 6 - 10 Февраля 2 023 г. 1-Комплекс Диета 9 сахарный диабет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с сыром (хлеб рж/пшен. "Абсолютик")	160,1	8,86	9,35	9,43	20/30	26,73
2	Плов из филе куриного /ов п/ф/	425,89	18,63	17,8	47,65	65/180	63,54
3	Чай яблочно-брусничный без сахара	7,01	0,08	0,07	1,39	200	3,72
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,4	0,4	9,8	100	10,40
5	Хлеб "Абсолютик" ржано-пшеничный	75,84	2,19	0,54	14,44	32	3,31
		<b>715,84</b>	<b>30,16</b>	<b>28,16</b>	<b>82,71</b>		<b>107,70</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	9,35	0,6	0,09	1,62	85	13,18
2	Поджарка из свинины /лук п/ф/	404,8	18,64	33,97	4,8	70/30	64,11
3	Картофель отварной (карт: п/ф) м р	195,24	3,6	7,01	29,34	180	19,90
4	Напиток тёплый из вишни (без сахара)					200	5,00
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	92,23	2,71	1,33	16,01	39	5,51
		<b>701,62</b>	<b>25,55</b>	<b>42,4</b>	<b>51,77</b>		<b>107,70</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Помидоры свежие порционно	9,6	0,44	0,08	1,52	40	9,47
2	Фрикасе из филе куриного п/ф	192,05	15,74	13,11	8,95	90	68,09
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	Молоко питьевое клубничное обогащенное витаминами 100 мл	80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	15,60
6	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	65,56	2,16	0,36	13,44	33	2,76
		<b>515,87</b>	<b>26,15</b>	<b>22,25</b>	<b>58,32</b>		<b>107,70</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Бутерброд с маслом (хл. рж. Дарницкий)*	104,1	1,35	7,46	7,93	19х/10м	13,02
2	Омлет запеченный натуральный	282,6	17,89	21,98	3,3	170	50,36
3	Напиток тёплый из шиповника без сахара	56,8	0,68	0,28	9,66	200	6,88
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	67,93	2,24	0,37	13,93	34	2,87
5	Яблоки резанные дольки 80гр	37,6	0,32	0,32	7,84	1шт/80гр	34,57
		<b>549,03</b>	<b>22,48</b>	<b>30,41</b>	<b>42,66</b>		<b>107,70</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат "Витаминный" из свежей капусты с яблоками и морковью п/ф Диета	95,4	0,9	8,11	4,45	80	8,24
2	Рыба припущенная (горбуша) п/ф	2,46	0,08	0,01	0,49	75	74,11
3	Картофельные дольки запеченные п/ф	184,39	3,4	6,62	27,71	170	18,80
4	Чай яблочно-брусничный без сахара	7,01	0,08	0,07	1,39	200	3,72
5	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	66,98	2,21	0,37	13,73	33	2,83
		<b>356,24</b>	<b>6,67</b>	<b>15,18</b>	<b>47,77</b>		<b>107,70</b>

Повар-бригадир

*Рыж*  
(подпись)

Экономист по ценам

*Грицюк*  
(подпись)

Грицюк О.М.

Мед. работник

*Л*  
(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