



Утверждаю:

Андрей Сергеевич Комбинат школьного питания

Центральный

И.Н. *Мороз*

Директор



МЕНЮ

на 25 - 29 Декабря 2 023 г. 1-Комплекс Диета 9 сахарный диабет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Каша молочная ячневая с маслом Диета № 9	164,48	5,57	5,64	22,73	180/4	14,78
2	Нарезка из перца сладкого Диета № 9	20,8	1,04	0,08	3,92	80	36,56
3	Какао с молоком С Диета № 9	62,1	3,62	2,95	5,1	200	14,55
4	Кисломолочный напиток "Кефир"	106	5,8	5	8	200	17,22
5	Фрукт мандарин свежий	41,8	0,88	0,22	8,25	110	20,74
6	Хлеб "Николаевский" йодир.	90,19	2,75	0,85	17,63	37	3,85
		485,37	19,66	14,74	65,63		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Морковные палочки свежие 80гр	25,6	0,72	0,52	5,25	1шт/80гр	29,90
2	Говядина с картофелем и томатом в стиле шурпа п/ф	212,57	13,96	10,49	15,38	40/160	74,09
3	Чай гречишный Диета № 9	0,01				200	1,47
4	Хлеб "Дарницкий" ржано-пшенич. витамин.	52,78	1,74	0,29	10,82	26	2,24
		290,96	16,42	11,3	31,45		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Чай с лимоном Диета № 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200/7	2,25
2	Нарезка из свежих овощей (томаты, огурцы)	17,5	0,9	0,15	2,85	50/50	28,18
3	Свинина тушеная в сметане с перцем болгарским Диета 9	224,91	12,52	18,13	2,17	50/40	60,36
4	Пюре картофельное п/ф Диета № 9	104,71	2,66	3,02	16,62	110	14,83
5	Хлеб "Николаевский" йодир.	48,6	1,48	0,46	9,5	40	2,08
		398,11	17,62	21,77	31,35		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Шницель из мяса /говядина, свинина/ лук п/ф *	184,3	12,27	11	13,54	90	46,51
2	Гречка отварная Диета №9	240,23	8,78	5,19	39,68	150	10,03
3	Напиток тёплый из вишни Диета № 9	13	0,05	0,2	2,65	200	10,12
4	Напиток витаминизированный	118	5,6	6,4	9,4	1шт/200мл	36,27
5	Напиток витаминизированный	54,51	1,73	0,53	9,94	21	2,27
6	Напиток витаминизированный	58,32	1,78	0,55	11,4	24	2,50
		668,36	30,21	23,87	86,61		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Хрустящая редька 15 гр. ТМ Зеленика	68,55	0,54	2,01	12,08	15	35,75
2	Печень, тушеная в соусе с овощами п/ф	132,19	13,68	5,75	6,25	50/50	38,45
3	Каша гречневая рассыпчатая	248,2	8,78	6,09	39,64	150	11,20
4	Напиток из шиповника (без сахара)	56,8	0,68	0,28	9,66	200	5,12
5	Фрукт мандарин свежий	26,6	0,56	0,14	5,25	70	13,20
6	Хлеб "Изобилие" пшеничный витаминиз.	51,64	1,51	0,67	8,32	16	2,02
7	Хлеб "Николаевский" йодир.	46,17	1,41	0,44	9,03	19	1,96
		630,15	27,16	15,38	90,23		107,70

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП
Сертификат 345197355402255976370865811722506627397297559358
Владелец Головач Елена Владимировна
Действителен с 28.11.2023 по 27.11.2024

Шеф-Повар

Руды
(подпись)

Технолог

Зубков К.С.

(подпись)

Мед. работник

д
(подпись)

Старший
калькулятор

Грицок О.М.

(подпись)