

Утверждаю:  
 Акционерное общество Комбинат школьного питания  
 Центральный  
 И.Н. *Иванов*

Согласовано  
 Директор  
 (подпись)  
 школа № 88  
 города Тюмени

### МЕНЮ

на 15 - 19 Января 2024 г. 1-Комплекс Диета 9 сахарный диабет

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежих помидор Диета № 9	19,2	0,88	0,16	3,04	80	27,42
2	Каша молочная геркулесовая с маслом Диета № 9	165,78	5,87	6,83	20,07	180/3	14,54
3	Какао-напиток молочный с13 витам.без сахара	62,1	3,62	2,95	5,1	200	15,02
4	Кисломолочный напиток "Кефир"	106	5,8	5	8	200	17,22
5	Хлеб "Баварский" ржано-пшеничный	56,79	1,67	0,82	9,86	24	3,55
6	Фрукт апельсин свежий	77,4	1,62	0,36	14,58	180	29,95
		487,27	19,46	16,12	60,65		107,70
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Масло сладко-сливочное инд.уп.10 гр Сырбогатов	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10гр	8,97
2	Нарезка из свежих огурцов Диета № 9	11	0,7	0,1	1,9	100	22,03
3	Филе куриное "По-школьному" 9 диета	153,91	11,04	11,24	2,2	50/50	56,13
4	Овощи тушеные	59,67	2,85	1,25	8,78	160	14,80
5	Напиток тёплый из шиповника Диета № 9	45,44	0,54	0,22	7,73	200	4,10
6	Хлеб "Здоровье"с отрубями пшеничный	40,1	1,28	0,39	7,32	16	1,67
		376,22	16,51	20,45	28,07		107,70
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Чай с лимоном Диета № 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200/7	2,25
2	Говядина с картофелем в стиле шурпа п/ф	210,22	13,85	10,46	15,07	40/160	68,78
3	Фрукт груша свежая	61,1	0,52	0,39	13,39	130	34,65
4	Хлеб "Изобилие" пшен. витаминиз.	51,89	1,51	0,68	8,36	16	2,02
		325,6	15,94	11,54	37,03		107,70
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Котлета мясная /говядина, свинина/* лук п/ф	196,45	14,52	14,7	1,07	90	60,94
2		26,48	0,04	2,9	0,06	150	17,83
3		11	0,25	0,1	1,83	200	7,80
4		80,9	2,9	2,5	11,7	1шт/100 мл	16,25
5	Хлеб "Рябинушка" пшеничный витамин.	75,6	2,4	0,39	15,6	30	2,65
6	Хлеб "Столичный" ржано-пшеничный	56,84	1,79	0,31	11,73	26	2,23
		447,27	21,9	20,9	41,99		107,70
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Хрустящая свекла 15 гр. ТМ Зеленика	67,88	1,16	2,72	9,71	1/15	32,80
2	Запеканка картофельная с рыбой (минтай) п.ф.Диета 9, без глютена	219,17	12,44	6,78	27,07	200	49,91
3	Чай яблочно-смородиновый Диета № 9	6,91	0,09	0,06	1,35	200	3,89
4	Фрукт мандарин свежий	38	0,8	0,2	7,5	100	18,85
5	Хлеб "Российский" ржано-пшеничный	56,56	1,82	0,31	11,62	28	2,25
		388,52	16,31	10,07	57,25		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 *d*  
 (подпись)

Старший калькулятор *Грицук*  
 (подпись) Грицук О.М.