



ОКШП "Центральный"

И.Н. Марел

Директор

(подпись)

Для документов

МЕНЮ

на 16 - 20 Сентября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая-завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Чахохбили из филе куриного со свежими томатами	93,55	9,99	4,2	3,9	45/45	46,73
2	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	202,98	1,19	4,02	40,48	145	45,66
3	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
4	Хлеб без глютена "Белый"	49,58	1,29	0,54	9,87	21	13,95
		346,12	12,47	8,76	54,25		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Сыр "Гауда" слайсы	48,43	3,89	3,65		14,5	15,98
3	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	192,66	5,73	7,34	25,55	200/5	24,82
4	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
5	Ряженка м.д.ж. 2,5% манго-маракуйа 80гр	47,76	2,4	2	5,04	1шт/80 мл	15,29
6	Сок яблочный прямого отжима осветлённый ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	88			22	1шт/200 мл	27,04
7	Хлеб без глютена "Белый"	46,13	1,2	0,5	9,19	20	12,98
		489,09	13,32	20,74	61,92		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Мясо тушеное в сметане со сладким перцем болгарским диета БГ Диета 9	231,52	12,74	17,9	3,99	50/40	57,65
2	Пюре картофельное	139,61	3,22	4,57	21,18	145	22,06
3	Напиток из шиповника диета 9	33,6	0,54	0,22	7,73	200	4,81
4	Хлеб без глютена "Белый"	41,51	1,08	0,45	8,27	18	11,68
5	Хлеб без глютена "Тёмный"	40,34	0,32	0,46	8,83	18	11,50
		486,58	17,9	23,6	50		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Плов с мясом (свинина)	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	50,89
2	Творог обогащенный "Растишка" клубника-банан вкус пломбир в инд. упак. 45гр.	46,8	2,88	1,58	5,36	45	16,77
3	Напиток яблочный со смородиной	42	0,13	0,1	10,13	200	9,42
4	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
5	Хлеб без глютена "Тёмный"	61,81	0,49	0,7	13,53	27	17,62
		568,73	20,39	19,74	78,39		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Масло сладко-сливочное 10гр в инд. уп.	66,1	0,1	7,25	0,14	1шт/10 гр	11,25
2	Запеканка из творога Диета № 9, без глютена	87,56	2,15	4,91	8,49	135	65,64
3	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	Хлеб без глютена "Белый"	46,77	1,21	0,51	9,31	20	13,16
		265,82	3,99	13,08	31,95		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Мед. работник

(подпись)

Калькулятор

(подпись)

Ракитина А.С.

Начальник отдела

(подпись)

Степонавичус В.Ю.