

Утверждаю:

АО Комбинат Центрального питания "Центральный"

Директор

Согласовано:


Г.Н. Маслова  
(подпись)

## МЕНЮ

на 23 - 24 Сентября 2024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
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	96,86	7,77	7,31		29	31,97
3	Каша молочная из 5 злаков с клубникой и маслом сливочным диета 9	161,32	5,73	7,29	17,27	200/2/5	32,18
4	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	Кефир 80гр	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	14,56
6	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,57
7	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	40	1,32	0,22	8,2	20	1,69
		<b>459,69</b>	<b>18,94</b>	<b>24,59</b>	<b>39,81</b>		<b>95,58</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100	26,97
2	Суп гороховый с мясом птицы с гренками и зеленью	341,05	18,72	16,03	28,43	250/30/10/1	34,36
3	Поджарка из мяса (свинина) БГ	208,31	11,7	14,95	5,88	45/45	44,37
4	Картофельные дольки запеченные	167,63	4,03	2,18	32,86	180	22,21
5	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
6	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
7	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,57
8	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	59,76	1,97	0,33	12,25	30	2,52
		<b>931,93</b>	<b>39,62</b>	<b>34,54</b>	<b>112,34</b>		<b>150,52</b>
		<b>1 391,62</b>	<b>58,56</b>	<b>59,13</b>	<b>152,15</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
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	103,77	2,54	5,82	10,06	160	77,79
3	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	Фрукт яблоко свежее	47	0,47	0,4	9,8	100	14,56
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	96,8	3,24	1	18,68	40	4,26
		<b>313,68</b>	<b>6,35</b>	<b>14,47</b>	<b>38,68</b>		<b>108,20</b>
<b>Обед</b>							
1	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30	36,09
2	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	Плов из филе куриного	209,22	11,44	4,64	31,52	40/150	40,76
4	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,51	1,62	0,5	9,36	20	2,14
6	Хлеб ржаной "Московский"	41,41	1,62	0,29	8,06	22	1,92
		<b>545,2</b>	<b>24,87</b>	<b>11,35</b>	<b>87,18</b>		<b>137,90</b>
		<b>858,88</b>	<b>31,22</b>	<b>25,82</b>	<b>125,86</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

  
 (подпись)

Мед. работник

(подпись)

Калькулятор

  
 (подпись)

Ракитина А.С.

Начальник отдела

  
 (подпись)

Степонавичус В.Ю.

## МЕНЮ


на 27 - 28 Сентября 2024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	31,97
2	Каша молочная геркулесовая с клубникой и маслом сливочным диета 9	167,01	6,14	7,95	16,88	200/2/5	32,92
3	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150	15,14
4	Чай гречишный	0,01				200	0,63
5	Хлеб пшеничный Подовый	45,02	1,41	0,15	9,47	18	1,67
6	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	35,39	1,14	0,19	7,27	18	1,41
7	Батончик мюсли с яблоком м витамином Д 25гр	83,93	1,34	0,55	18,45	1шт/25 гр	27,62
		<b>503,22</b>	<b>22,3</b>	<b>19,9</b>	<b>57,92</b>		<b>111,36</b>
<b>Обед</b>							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы ) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	Суп-лапша с курицей с зеленью БМ, БГ Диета 9	236,88	10,29	12,2	21,48	250/20/1	38,44
3	Поджарка из мяса (свинина) БГ	208,31	11,7	14,95	5,88	45/45	44,37
4	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	Напиток из кураги диета 9	36,82	0,56	0,13	8,16	200	5,40
6	Хлеб пшеничный Подовый	47,71	1,5	0,16	10,03	19	1,77
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	35,54	1,14	0,19	7,3	18	1,41
		<b>678,72</b>	<b>28,45</b>	<b>34,05</b>	<b>63,29</b>		<b>134,74</b>
		<b>1 181,94</b>	<b>50,75</b>	<b>53,95</b>	<b>121,21</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>
<b>Суббота</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5	49,52
2	Какао-напиток молочный с витамином С диета 9	61,1	3,72	2,95	4,2	200	15,96
3	Кефир 80гр	40	2,4	2	3,12	1шт/80 мл	14,56
4	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
5	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		<b>443,48</b>	<b>24,69</b>	<b>25,03</b>	<b>28,83</b>		<b>83,52</b>
<b>Обед</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	12	0,52	0,09	2,5	80	21,58
2	Рассольник "Ленинградский" с мясом говядины, сметаной и зеленью	192,31	7	10,25	17,79	250/15/10/1	46,11
3	Рыба припущенная (минтай) с маслом сливочным	114,18	17,61	4,73	0,56	90/5	58,56
4	Пюре картофельное	144,43	3,33	4,73	21,91	150	22,82
5	Напиток из ягод (клубника, вишня, яблоко) диета 9	10,5	0,13	0,1	2,25	200	8,08
6	Хлеб пшеничный Подовый	100,8	3,16	0,33	21,2	40	3,74
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	42,56	1,37	0,23	8,74	21	1,69
		<b>616,78</b>	<b>33,12</b>	<b>20,46</b>	<b>74,95</b>		<b>162,58</b>
		<b>1 060,26</b>	<b>57,81</b>	<b>45,49</b>	<b>103,78</b>	<b>Итого за день</b>	<b>246,10</b>

Шеф-повар

  
 (подпись)


Калькулятор

  
 (подпись) Раkitина А.С.

Мед. работник

\_\_\_\_\_  
 (подпись)

Начальник отдела

  
 (подпись) Степановичус В.Ю.