

МЕНЮ

на 23 - 27 Сентября 2 024 г. Комплекс №1 Диета сахарный диабет-завтрак

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Сыр "Гауда" слайсы	96,86	7,77	7,31		29	31,97
2	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
3	Молоко питьевое кипяченое	106	6	5	7,8	200	22,08
4	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
5	Фрукт яблоко свежее	49,35	0,49	0,42	10,29	105	15,29
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	71,1	2,38	0,73	13,72	29	3,13
7	Хлеб ржаной "Московский"	36,54	1,43	0,25	7,11	20	1,69
		521,18	23,8	21	56,19		107,70
Вторник							
Завтрак							
1	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	Наггетсы куриные хрустящие	238,6	10,6	13,32	19,08	106	59,52
3	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
4	Кефир	75	4,5	3,75	5,85	150	15,14
5	Напиток из сухофруктов диета 9	37,78	0,46	0,02	8,91	200	2,96
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	71,1	2,38	0,73	13,72	29	3,13
7	Хлеб ржаной "Московский"	45,3	1,77	0,31	8,82	24	2,11
		563,67	23,82	22,68	65,95		107,70
Среда							
Завтрак							
1	Масло растительное 10 гр в инд. уп.	90		9,99		10	6,11
2	Томаты Черри свежие	10,8	0,53	0,12	1,61	60	42,86
3	Мясо свинины с картофелем в стиле шурпа	230,86	12,18	11,12	19,7	40/160	48,11
4	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	Хлеб пшеничный "Изобилие"	55,4	1,62	0,52	11,08	20	2,57
6	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	87,28	3,27	1,26	15,15	37	5,47
		476,73	17,66	23,02	47,75		107,70
Четверг							
Завтрак							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	Наггетсы из филе минтая в панировке (Халяль)	196,29	12,95	7,42	19,09	115	66,78
3	Булгур с овощами	202,92	5,37	5,06	33,44	145	22,02
4	Чай с лимоном диета 9	2,39	0,06	0,01	0,21	200	2,58
5	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	62,54	1,93	0,6	12,38	26	2,72
		526,94	25,39	17,69	65,4		107,70
Пятница							
Завтрак							
1	Сыр плавленый "Дружба" в инд. упаковке	40,63	1,46	3,25	1,46	1шт/16,25	9,68
2	Котлетка мясная	12,6		1,4		90	52,17
3	Пюре картофельное	144,43	3,33	4,73	21,91	150	22,82
4	Молоко питьевое кипяченое	76,85	4,35	3,63	5,66	145	16,00
5	Напиток из свежих яблок диета 9	9,9	0,08	0,08	1,96	200	3,61
6	Хлеб пшеничный Подовый	48,78	1,53	0,16	10,26	19	1,81
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	40,4	1,3	0,22	8,3	20	1,61
		373,59	12,05	13,47	49,55		107,70

Шеф-повар

(подпись)

Калькулятор

(подпись)

Ракитина А.С.

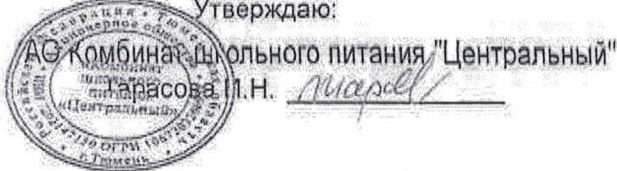
Мед. работник

(подпись)

Начальник отдела

(подпись)

Степанавичус В.Ю.



МЕНЮ

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

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Суббота							
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	Омлет запеченный натуральный с маслом сливочным	251,58	15,69	19,69	2,61	150/5	49,52
4	Кофейный напиток "Курзуме" с цикорием и молоком диета 9	64,34	3,27	2,5	5,1	200	11,82
5	Молоко питьевое кипяченое	74,2	4,2	3,5	5,46	140	15,45
6	Хлеб пшеничный Подовый	50,4	1,58	0,17	10,6	20	1,87
7	Хлеб ржано-пшеничный "Российский"	45,16	1,45	0,25	9,28	22	1,81
		600,21	30,18	37,01	33,19		107,70

Шеф-повар

[Signature]
(подпись)

Калькулятор

[Signature]
(подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник

(подпись)

Начальник отдела

[Signature]
(подпись) Степонавичус В.Ю.