

МЕНЮ

на 14 - 15 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
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 "Дружба" с маслом сливочным	218,12	6,92	7,74	29,78	200/5	24,77
4	Чай гречишный	0,01				200	0,63
5	Хлеб без глютена "Белый"	57,14	1,48	0,62	11,38	25	16,07
		389,8	12,39	19,26	41,3		68,70
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	Нежный суп-пюре из цветной капусты с зеленью и гренками БГ	172,06	3,18	7,15	23,43	250/10/1	44,17
3	Азу из мяса (свинина) БГ	175,96	9,88	13,21	3,71	40/50	38,81
4	Рис припущенный	177,16	3,19	3,59	32,19	130	13,18
5	Сок яблоко-виноград для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
6	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
7	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,01
		767,18	18,42	30,09	103,84		177,40
		1 156,98	30,81	49,35	145,14	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Каша молочная рисовая с маслом сливочным	191,06	5,73	7,34	25,15	200/5	24,77
2	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	Йогурт персик-манго питьевой 80гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
4	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
		296,47	9,17	9,84	43,15		57,43
Обед							
1	Огурцы свежие с зеленью	12,28	0,54	0,09	2,55	80	22,42
2	Рассольник Ленинградский с мясом и с зеленью БГ, БМ	162,91	5,12	7,96	17,77	250/10/1	34,90
3	Фрикассе из филе куриного	137,15	10,33	9,24	3,01	45/45	50,15
4	Макаронные изделия отварные (безглютеновый кукурузный рожок) диета БГ Диета 9	209,98	1,23	4,16	41,88	150	47,24
5	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
6	Хлеб без глютена "Белый"	39,59	1,03	0,43	7,88	17	11,14
7	Хлеб без глютена "Тёмный"	45,6	0,36	0,52	9,98	20	13,00
		650,76	18,79	22,51	92,82		188,67
		947,23	27,96	32,35	135,97	Итого за день	246,10

Шеф-повар

И.Н. Карасова
(подпись)

Калькулятор

А.С. Ракитина
(подпись)

Ракитина А.С.

Мед. работник

(подпись)

Начальник отдела

В.Ю. Степановичус
(подпись)

Степановичус В.Ю.



Утверждаю:

Комбинат Ценового питания "Центральный"
 И.Н. Марел

Директор



МЕНЮ

на 16 - 17 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Среда							
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	97,29	2,39	5,46	9,43	150	72,93
3	Чай чёрный без сахара	0,01				200	0,34
4	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	11,70
5	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,43
		253,94	3,57	13,16	30,09		102,65
Обед							
1	Нарезка из свежих овощей (томаты,огурцы) с маслом	58,2	0,61	5,12	2,33	80	28,19
2	Борщ с капустой, картофелем с мясом свинины, сметаной и зеленью	175,9	6,7	11,53	10,88	250/20/10/	32,06
3	Запеканка картофельная с рыбой БГ	219,65	14,27	5,22	28,73	190	56,36
4	Напиток из сухофруктов	61,78	0,46	0,02	14,91	200	3,73
5	Хлеб без глютена "Белый"	40,57	1,05	0,44	8,08	18	11,42
6	Хлеб без глютена "Тёмный"	41,04	0,32	0,47	8,98	18	11,69
		597,14	23,41	22,8	73,91		143,45
		851,08	26,98	35,96	104	Итого за день	246,10
Четверг							
Завтрак							
1	Плов с мясом (свинина)	371,92	15,69	16,86	40,17	50/150	50,89
2	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
3	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
4	Творог обогащенный "Растишка" клубника-абрикос в инд. упаковке 45г.	46,8	2,88	1,58	5,31	45	16,77
		483,31	19,83	18,95	58,89		83,75
Обед							
1	Овощи свежие (огурцы, перец сладкий)	15,6	0,63	0,12	3,19	50/30	36,09
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	Тефтелька мясная	204,59	10,76	12,16	13,03	90	38,24
4	Овощи тушеные	55,26	2,65	1,3	8,11	150	15,16
5	Напиток грушевый с яблоком	43,3	0,16	0,14	10,02	200	10,90
6	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	11,70
7	Хлеб без глютена "Тёмный"	41,5	0,33	0,47	9,08	18	11,82
		638,71	25,9	26,84	73,19		162,35
		1 122,02	45,73	45,79	132,08	Итого за день	246,10

Шеф-повар

МФ
 (подпись)

Калькулятор

Ракитина А.С.
 (подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник

 (подпись)

Начальник отдела

Степоновичус В.Ю.
 (подпись) Степоновичус В.Ю.

Утверждаю:



АС Комбинат Диетического питания "Центральный"
 Директор А.Н. Машин

Директор

Согласовано:



МЕНЮ

на 18 - 19 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безглютеновая завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
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 кукурузная с маслом сливочным	199,78	6,09	7,39	25,84	200/5	23,35
4	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
5	Йогурт с черникой питьевой 80 гр	59,2	2,24	2	8,8	1шт/80 мл	18,30
6	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,01
		438,1	13,58	20,8	48,19		84,98
Обед							
1	Томаты Черри свежие	10,8	0,53	0,12	1,61	60	42,86
2	Уха Рыбацкая с минтаем и зеленью	138,46	9,56	5,8	12,05	200/40/1	34,42
3	Мясо тушеное в томате с перцем болгарским Диета БГ	174,54	10,17	12,6	4,58	40/50	40,26
4	Каша гречневая рассыпчатая с маслом сливочным	174,42	5,3	4,63	27,53	150	10,04
5	Напиток из свежих яблок	41,9	0,08	0,08	9,96	200	4,63
6	Хлеб без глютена "Белый"	46,2	1,2	0,5	9,2	20	13,00
7	Хлеб без глютена "Тёмный"	55,81	0,44	0,64	12,21	24	15,91
		642,13	27,28	24,37	77,14		161,12
		1 080,23	40,86	45,17	125,33	Итого за день	246,10
Суббота							
Завтрак							
1	Омлет запеченный натуральный	218,48	15,64	16,06	2,54	150	43,36
2	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	Маффин классический без глютена	151,2	2,52	5,52	22,88	40	20,54
4	Хлеб без глютена "Белый"	41,58	1,08	0,45	8,28	18	11,70
5	Джем Махеев абрикосовый	54,4			13,6	20	9,18
		465,67	19,24	22,03	47,3		86,14
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	9	0,39	0,07	1,88	60	16,18
2	Суп картофельный с макаронами, с мясом говядины и зеленью БГ	181,38	5,52	8,03	21,75	250/10/1	44,63
3	Запеканка картофельная с рыбой БГ	208,09	13,51	4,95	27,22	180	53,39
4	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
5	Хлеб без глютена "Белый"	40,83	1,06	0,44	8,13	18	11,49
6	Хлеб без глютена "Тёмный"	41,04	0,32	0,47	8,98	18	11,70
		572,34	20,8	13,96	90,96		159,96
		1 038,01	40,04	35,99	138,26	Итого за день	246,10

Шеф-повар

(подпись)

Калькулятор

(подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник

 (подпись)

Начальник отдела

(подпись) Степанович В.Ю.