



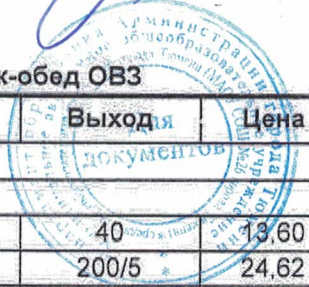
Утверждаю:

АС Комбинат детского питания "Центральный"
Гарасова И.Н. *И.Н. Гарасова*

Согласовано:
Директор _____
(подпись)

МЕНЮ

на 14 - 15 Октября 2024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ



№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Понедельник							
Завтрак							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	Каша на рисовом молоке "Дружба"	208,56	2,75	7,87	32,31	200/5	24,62
3	Чай гречишный	0,01				200	0,63
4	Фрукт груша свежая	79,9	0,68	0,51	17,51	170	47,52
5	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	84,45	2,83	0,87	16,3	35	3,71
		435,72	11,34	13,85	66,4		90,08
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)	176,74	9,94	13,21	3,93	40/50	39,55
4	Рис припущенный Диета БМ	259,57	4,36	6,61	44,49	180	11,99
5	Сок яблоко-виноград для детей ТМ "Сады Придонья" в инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	27,04
6	Хлеб пшеничный "Здоровье" с отрубями	48,4	1,62	0,5	9,34	20	2,13
7	Хлеб ржано-пшеничный "Баварский"	47	1,76	0,68	8,16	20	2,95
		853,97	21,47	33,27	114,68		156,02
		1 289,69	32,81	47,12	181,08	Итого за день	246,10
Вторник							
Завтрак							
1	Каша рисовая с маслом подс. на рисовом молоке	181,64	1,66	7,51	27,47	200/5	24,42
2	Чай Ройбуш	0,01				200	1,36
3	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	44,16
4	Хлеб пшеничный Подовый	42,32	1,33	0,14	8,9	17	1,57
5	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	41,15	2,54	0,52	6,58	19	2,53
6	Джем фруктовый в инд.уп. 18 гр.	48,96			12,24	1шт/18гр	6,44
7	Блинчики безмолочные	209,14	5,63	4,73	35,95	100	4,59
		715,22	14,16	13,9	133,14		85,07
Обед							
1	Огурцы свежие с зеленью	15,35	0,67	0,11	3,19	100	28,03
2	Рассольник Ленинградский с мясом и с зеленью БГ, БМ	233,1	11,11	13,11	17,77	250/30/1	66,73
3	Чахохбили из филе куриного с томатами Диета БГ, БМ	92,44	10,09	4,21	3,34	45/45	43,26
4	Макаронные изделия отварные (улитки) БМ	269,54	6,66	6,47	45,76	150	8,75
5	Напиток из ягод (смородина, вишня, клубника)	43,25	0,18	0,11	9,75	200	9,82
6	Хлеб пшеничный Подовый	49,53	1,55	0,16	10,42	20	1,84
7	Хлеб тостовый ржаной "Волшебная рожь"	42,37	2,61	0,53	6,77	19	2,60
		745,58	32,87	24,7	97		161,03
		1 460,8	47,03	38,6	230,14	Итого за день	246,10

Шеф-повар _____
(подпись)

Калькулятор _____
(подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник _____
(подпись)

Начальник отдела _____
(подпись) Степонавичус В.Ю.

МЕНЮ

на 18 - 19 Октября 2 024 г. Комплекс №1 Диета безмолочная завтрак-обед ОВЗ

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
Пятница							
Завтрак							
1	Яйцо отварное	62,8	5,08	4,6	0,28	40	13,60
2	Каша из 5 злаков с клубникой на рисовом молоке	174,37	2,03	7,77	24,07	200/2/5	33,63
3	Чай с лимоном и сахаром	18,39	0,06	0,01	4,21	200/7	3,09
4	Фрукт банан свежий	192	3	1	42	200	44,16
5	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	48	1,48	0,46	9,5	20	2,08
		495,56	11,65	13,84	80,06		96,56
Обед							
1	Томаты Черри свежие	13,5	0,66	0,15	2,02	75	53,58
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	174,06	10,17	12,59	4,62	40/50	38,21
4	Каша гречневая рассыпчатая Диета БМ	161	4,9	4,17	25,63	140	4,23
5	Кисель витаминизированный	95			23,5	200	15,44
6	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	47,26	1,5	0,24	9,75	19	1,66
7	Хлеб ржаной йодированный "Николаевский"	46,15	1,42	0,44	9,13	19	2,00
		675,43	28,21	23,39	86,7		149,54
		1 170,99	39,86	37,23	166,76	Итого за день	246,10
Суббота							
Завтрак							
1	Омлет запеченный натуральный Диета БМ	223,98	14,48	18,11	0,8	150	39,70
2	Кофейный напиток "Курзуме" с цикорием на кокосовом молоке	75,34	0,81	1,8	12,7	200	17,10
3	Фрукт яблоко свежее	51,7	0,52	0,44	10,78	110	16,02
4	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
5	Джем Махеев абрикосовый	54,4			13,6	20	9,18
6	Блинчики безмолочные	209,14	5,63	4,73	35,95	100	4,60
		664,96	23,04	25,34	84,23		88,37
Обед							
1	Огурцы свежие (порционно)	15	0,65	0,11	3,13	100	26,97
2	Суп картофельный с макаронами, с мясом говядины и зеленью	217,18	8,92	10,62	21,2	250/20/1	50,16
3	Запеканка картофельная с рыбой БМ	199,2	15,19	2,04	29,86	200	52,91
4	Сок яблочный из зеленых яблок осветлен. восстановл. "Мой" инд. уп. 200мл	92			23	1шт/200 мл	22,57
5	Хлеб пшеничный витаминиз. "Рябинушка"	50,4	1,6	0,26	10,4	20	1,77
6	Хлеб ржано-пшеничный "Дарницкий"	79,29	2,62	0,44	16,25	40	3,35
		653,07	28,98	13,47	103,84		157,73
		1 318,03	52,02	38,81	188,07	Итого за день	246,10

Шеф-повар _____
 (подпись)

Калькулятор _____
 (подпись) Ракитина А.С.

Мед. работник _____
 (подпись)

Начальник отдела _____
 (подпись) Степонавичус В.Ю.