

Обед				Обед			
КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	100	2/8/50/190	СД00018	Салат из моркови на растительном масле (б/сах.)	100	1/10/7/122
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9/6/19/250	КП26047	Суп гороховый с томатом	250	9/6/19/259
КП25022	Гречка по-купечески	165	10/9/15/194	КП25022	Гречка по-купечески	165	10/9/15/194
СД24055	Компот яблочный (б/сах.)	200	0/0/18/67	СД25002	Чай без сахара	200	
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43
Обед ИТОГО		733	22/24/111/744	Обед ИТОГО		733	21/26/50/618
Среда ИТОГО			38/49/151/1236	Среда ИТОГО			35/41/93/1030
Четверг Завтрак				Четверг Завтрак			
КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста, морковь, лимон, масло растительное)	100	2/14/6/158	КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	2/3/12/213
КП25040	Макароны отварные с маслом	180	4/7/32/258	СД25002	Чай без сахара	200	
КП26044	Соус томатный	25	0/1/2/18	КП25044	Фрукты свеж. (шт.) яблоко	100	0/0/9/82
СД25002	Чай без сахара	200		КП25116	Сыр "Голландский" порционный	12	4/2/2/73
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
Завтрак ИТОГО		514	6/22/45/456	Завтрак ИТОГО		571	6/5/28/390
Обед				Обед			
КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	2/3/12/213	КП25038	Суп картофельный с вермишелью	250	2/4/17/189
КП25047	Каша перловая рассыпчатая	165	4/4/27/183	КП26048	Жаркое по-домашнему с куриным фаршем	165	7/11/25/284
КП26008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10/6/4/110	СД25005	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200	
СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43	КП25044	Фрукты свеж. (шт.) яблоко	100	0/0/9/82
Обед ИТОГО		733	17/14/65/597	Обед ИТОГО		733	10/16/60/598
Четверг ИТОГО			23/36/110/1053	Четверг ИТОГО			16/21/88/988
Пятница Завтрак				Пятница Завтрак			
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	200	5/4/50/258	КП25048	Спагетти отварные с маслом	200	13/7/71/390
КП26023	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	100	6/4/9/118	КП26028	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	8/7/8/130
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
Завтрак ИТОГО		509	11/8/64/398	Завтрак ИТОГО		509	21/14/84/542
Обед				Обед			
КП26049	Рассольник овощной	200	2/3/13/118	КП25039	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2/5/16/207
КП25048	Спагетти отварные с маслом	165	11/6/59/322	КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	165	4/3/41/213
КП26028	Котлеты из говядины "Люля-Кебаб" с соусом томатным	100	8/7/8/130	КП26032	Биточки рыбные с соусом томатным	100	9/5/11/125
СД25002	Чай без сахара	200		СД00159	Напиток яблочный (б/сах.)	200	0/0/2/8
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43
Обед ИТОГО		683	22/17/89/613	Обед ИТОГО		733	16/14/79/596
Пятница ИТОГО			33/25/153/1011	Пятница ИТОГО			37/28/163/1138

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 29/31/122/1050

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель общеобразовательного учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

**Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)**



Категория питающихся: ММС сах.диаб.12 лет и ст

Сезон

Осень-зима

№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	180	6/6/25/247	КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	200	6/7/28/275
КП26044	Соус томатный	25	0/1/2/18	КП26004	Котлеты куриные с соусом томатным	100	9/5/3/104
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
КП25078	Йогурт	100	2/2/10/159				
Завтрак ИТОГО		514	8/9/42/446	Завтрак ИТОГО		509	15/12/36/401
Обед				Обед			
КП25033	Суп-лапша домашняя	250	6/8/20/282	КП25036	Щи из свежей капусты с картофелем	250	2/6/27/232
КП25021	Каша "Полтавская" рассыпчатая	165	3/4/15/160	КП25021	Каша "Полтавская" рассыпчатая	165	3/4/15/160
КП26004	Котлеты куриные с соусом томатным	100	9/5/3/104	КП26014	Котлеты мясные с соусом томатным	100	8/7/8/130
СД25005	Компот из смеси сухофруктов без сахара	200		СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43
Обед ИТОГО		733	19/18/47/589	Обед ИТОГО		733	14/18/72/613
Понедельник ИТОГО			27/27/89/1035	Понедельник ИТОГО			29/30/108/1014
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
СД00062	Каша манная молочная (б/сах.)	210	5/8/20/176	СД00049	Каша "Дружба" молочная (б/сах.)	200	5/7/22/170
КП25042	Сырники из творога с соусом молочным	90	5/5/14/146	КП25116	Сыр "Голландский" порционный	10	3/2/2/61
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
				КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак ИТОГО		519	10/13/39/344	Завтрак ИТОГО		519	8/9/38/335
Обед				Обед			
СД00020	Салат из белокочанной капусты на растительном масле (капуста,лук,морковь)(б/сах.)	100	2/3/5/52	КП26046	Свекольник	250	2/6/10/130
КП25034	Суп с рисовой крупой	250	3/2/17/168	КП26043	Макароны отварные с соусом болоньезе(175/40)	215	14/12/62/412
КП26042	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	11/9/47/316	СД24055	Компот яблочный (б/сах)	200	0/0/18/67
СД00159	Напиток яблочный (б/сах.)	200	0/0/2/8	БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	18	1/1/9/43	КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Обед ИТОГО		733	17/15/80/587	Обед ИТОГО		783	17/19/108/734
Вторник ИТОГО			27/28/119/931	Вторник ИТОГО			25/28/146/1069
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
СД00018	Салат из моркови на растительном масле (б/сах.)	100	1/10/7/122	КП25046	Картофельное пюре	200	5/10/27/265
КП25046	Картофельное пюре	180	5/9/24/238	КП26036	Фишболы рыбные с соусом томатным	100	9/5/11/125
КП26008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	100	10/6/4/110	СД25002	Чай без сахара	200	
СД25002	Чай без сахара	200		БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22
БГ00004	Хлебцы безбелковые, безглютеновые	9	0/0/5/22				
Завтрак ИТОГО		589	16/25/40/492	Завтрак ИТОГО		509	14/15/43/412