

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИП



Директор ООО «Солнечный сад»
И.И. Рабакова
И.И. Юриева И.И.



МЕНЮ

на 22.09.2022 (четверг)

083 ст

Диета: САХАРНЫЙ ДИАБЕТ

Наименование	Вес блюда (гр)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рецеп
Завтрак						
Хлеб ржаной(пшеничный)	30	87	0,90	0,36	10,23	0001
чай без сахара(2вар)	200					282/08
Салат из белокочанной капусты и моркови	100	159	2,19	13,81	6,36	8.10а
Плов из птицы(грудка) с перловой крупой	220	381	16,73	15,42	43,52	
Итого за Завтрак	550	627	19,82	29,59	60,11	
Обед						
Суп крестьянский с пшеном	270	183	2,10	5,97	8,58	65.4
Хлеб ржаной(пшеничный)	50	145	1,50	0,60	17,05	0001
чай без сахара(2вар)	200					282/08
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	270	412	16,34	17,97	28,13	160
Сметана(прокип)	10	20	0,28	2,00	0,32	
Итого за Обед	800	759	20,21	26,54	54,08	
Итого за 22.09.2022		1 386	40,03	56,13	114,19	