

**МЕНЮ 1 неделя для диетического питания**

**ДИЕТА 9**

02.10.2023-06.10.2023г.

<b>понедельник</b>	<b>выход (г)</b>	<b>цена</b>	<b>ккал</b>
Каша молочная ячневая с маслом сливочным	200/10		220
Яйцо вареное	1 шт		157
Сыр	/15		53,3
Чай без сахара	200		58
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Яблоко	1 шт		71
<b>вторник</b>		<b>750</b>	<b>605,3</b>
Овощи тушеные	60		46
Шницель из говядины, соус красный основной	50/50		176
Каша гречневая	150		288
Напиток из сухофруктов витаминизированный	200		140
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Сырник из творога с морковью	50		90
<b>среда</b>		<b>750</b>	<b>786</b>
Овощи свежие	60		45
Куры запеченные с овощами, соус красный основ.	50/20/50		178
Макаронные изделия отварные	150		213
Кефир	200		96
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Печенье крокет	40		104
<b>четверг</b>		<b>750</b>	<b>682</b>
Котлета рыбная, соус красный основной	50/50		161
Пюре картофельное, капуста тушеная	150/50		224
Сок фруктовый	200		98
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Печенье крокет	40		104
<b>пятница</b>		<b>750</b>	<b>633</b>
Овощи свежие	60		46
Тефтели из говядины, тушеные в соусе	50/50		178
Гороховое пюре	150		213
Чай без сахара	200		58
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Яблоко	1 шт		71
		<b>750</b>	<b>935,4</b>
<b>ИТОГО:</b>		<b>3750</b>	<b>3641,7</b>

**ИТОГО:**

Руководитель

Руководитель школы

Технолог Желева О.Ю.

Ивет есстра Жемская О.Ю.

*Ивет есстра Жемская О.Ю.*  
*Желева О.Ю.*  
*Жемская О.Ю.*