

МЕНЮ 1 неделя для диетического питания

ДИЕТА 9

04.12.2023-08.12.2023г.

понедельник	выход (г)	цена	ккал
Каша молочная ячневая с маслом сливочным	200/10		220
Яйцо вареное	1шт		157
Сыр	/15		53,3
Чай без сахара	200		58
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Яблоко	1шт		71
вторник		750	605,3
Шницель из говядины, соус красный основной	50/50		176
Рагу овощное	150		288
Напиток из сухофруктов витаминизированный	200		140
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Сырник из творога с морковью	50		90
среда		750	740
Салат из моркови с яблоком, масло растит.	60		45
Куры запеченные с овощами, соус красный основ.	50/20/50		178
Макароны отварные	150		213
Кефир	200		96
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Печенье крокет	40		179
четверг		750	757
Котлета рыбная, соус красный основной	50/50		161
Пюре картофельное, капуста тушеная	100/100		224
Чай без сахара	200		58
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Йогурт	95		95
пятница		750	584
Салат из свеклы с сыром, маслом растит.	60		46
Тефтели из говядины, тушеные в соусе	50/50		178
Каша гречневая	150		288
Чай без сахара	200		58
Хлеб ржано-пшеничный	40		46
Мандарин	1шт		71

750 935,4
3750 3621,7

ИТОГО:

Руководитель
Руководитель школы
Технолог Желева О.Ю.
Диет.сестра Петюкова И.В.

