

**МЕНЮ**

на 12 - 16 Сентября 2 022 г. 1-Комплекс 80 завтрак без глютена, лактозы, казеина

№ п/п	Наименование	Ккал	Б	Ж	У	Выход	Цена
<b>Понедельник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Нарезка из свежий овощей (томаты, огурцы)	10,5	0,54	0,09	1,71	30/30	11,76
2	Филе куриное, запечен. с овощами п/ф Диета	133,26	10,06	9,53	1,76	60	38,32
3	Макаронные изделия отварные безглютеновые	150,81	0,17	3,84	28,9	100	13,24
4	Напиток тёплый из шиповника	96,8	0,68	0,28	19,64	200	8,02
5	Хлеб "Белый" без глютена					14	8,66
		<b>391,37</b>	<b>11,45</b>	<b>13,74</b>	<b>52,01</b>		<b>80,00</b>
<b>Вторник</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Салат из моркови с зеленым горошком п/ф	75,3	1,18	6,08	3,88	60	9,77
2	Тефтели мясные п/ф Диета	178,01	7,42	15,02	3,24	70	34,98
3	Соус красный основной п/ф Диета	22,59	0,16	1,75	1,49	50	2,48
4	Картофельные дольки запеченные п/ф	162,7	3	5,84	24,45	150	16,59
5	Напиток тёплый из вишни	48			11,98	200	6,37
6	Хлеб "Белый" без глютена					16	9,81
		<b>486,6</b>	<b>11,76</b>	<b>28,69</b>	<b>45,04</b>		<b>80,00</b>
<b>Среда</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Помидоры свежие порц. с маслом раст.	41,37	0,66	3,12	2,28	60	14,75
2	Чахохбили "По-школьному" (лук п/ф) Диета	105,44	8,7	7,05	1,71	40/40	34,01
3	Гречка вязкая Диета	148,51	4,79	4,75	21,7	150	5,88
4	Напиток "Тюменский туюсок"	57,6	0,17	0,09	13,53	200/12	13,85
5	Хлеб "Белый" без глютена					18	11,51
		<b>352,92</b>	<b>14,32</b>	<b>15,01</b>	<b>39,22</b>		<b>80,00</b>
<b>Четверг</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Огурцы свежие (порционно)	6,6	0,42	0,06	1,14	60	9,30
2	Рыба запеченная /минтай/ Диета	101,05	14,37	4,81		80	42,39
3	Картофель отварной Диета	162,7	3	5,84	24,45	150	9,95
4	Чай с сахаром	40,01			9,98	200/10	1,62
5	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
6	Хлеб "Темный" без глютена					15	7,38
		<b>310,36</b>	<b>17,79</b>	<b>10,71</b>	<b>35,57</b>		<b>80,00</b>
<b>Пятница</b>							
<b>Завтрак</b>							
1	Винегрет овощной п/ф	76,87	0,82	6,1	4,56	60	9,88
2	Филе куриное отварное	58,56	9,15	2,44		50	32,44
3	Макаронные изделия отварные безглютеновые	180,97	0,2	4,6	34,68	120	15,89
4	Чай с ягодно-яблочной смесью	54,01	0,08		13,25	200	4,89
5	Хлеб "Белый" без глютена					15	9,36
6	Хлеб "Темный" без глютена					12	7,54
		<b>370,41</b>	<b>10,25</b>	<b>13,14</b>	<b>52,49</b>		<b>80,00</b>

Повар-бригадир \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Экономист по ценам *Грицюк О.М.*  
 (подпись) Грицюк О.М.

Мед. работник \_\_\_\_\_  
 (подпись)

Технолог *Фоменко С.В.*  
 (подпись) Фоменко С.В.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575842

Владелец Дубонос Светлана Михайловна

Действителен с 21.03.2022 по 21.03.2023