



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 1 день: 1

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	4,83	1,17	25,67	135
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	6,66	1,75	48,83	242,94
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И ФРИКАДЕЛЬКАМИ ИЗ ИНДЕЙКИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, ВЕРМИШЕЛЬ безглютеновая, Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/40	9,69	5,55	19,52	227,6
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С ФИЛЕ ИНДЕЙКИ (Морковь очищенная, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	240	26	7,07	20	252
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	772	38,89	13,18	95,36	722,46
Итого за день	1 218	45,55	14,93	144,19	965,4

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 1 день: 2

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара) (Кукурузная крупа, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,92	5,25	21,42	149,17
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
Итого за Завтрак	446	6,15	5,63	42,28	248,11
Обед					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,6	3,12	2,7	41,28
БОРЩ ОВОЩНОЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,16	5,57	9,42	108,14
КОТЛЕТА КАРТОФЕЛЬНО-РЫБНАЯ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Мука безглютеновая, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	90	11,7	11,34	13,5	203,4
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (А) (Картофель очищенный, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	23,26	25,89	100,26	728,18
Итого за день	1 188	29,41	31,52	142,54	976,29

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 1 день: 3

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" (на воде с маслом сливочным, без сахара) <small>(Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%)</small>	150	3,21	3,25	13,36	95,54
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА <small>(Чай, Вода питьевая)</small>	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	5,04	3,83	36,52	203,48
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3з)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ <small>(Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло</small>	200	5,12	3,6	14,88	112,8
ФРИКАДЕЛКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ <small>(Мука безглютеновая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)</small>	100	15,2	16,6	10,6	258
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ <small>(Морковь очищенная, Макароны безглютен., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)</small>	150	6,7	8	27,5	209
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА <small>(Яблоко свежее, Вода питьевая)</small>	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	30,42	28,76	109,62	826,96
Итого за день	1 188	35,46	32,59	146,14	1030,44

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 1 день: 4

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Макароны безглютен., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	6,7	8	27,5	209
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	8,93	8,38	48,36	307,94
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	60	0,8	2,7	4,6	45,6
РЫБНЫЙ СУП С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, КОТЛЕТЫ ИЗ ИНДЕЙКИ (Картофель очищенный, Мука безглютеновая, Мясо индейки(филе), Вода питьевая, Масло растительное)	200	2,64	4,8	2,42	63,44
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" на растительном масле (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	14,33	25,5	2,83	298,83
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" на растительном масле (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	3,6	4,6	10,4	97,4
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	24,07	38,06	74,59	739,63
Итого за день	1 188	33	46,44	122,95	1047,57

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 1 день: 5

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Геркулес, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	5,1	3,5	18,9	128
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	6,93	4,08	42,06	235,94
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3з)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200	2,4	3,36	8,16	72,8
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	240	7,84	10,24	7,36	240
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	732	13,64	14,16	72,16	559,96
Итого за день	1 178	20,57	18,24	114,22	795,9

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 1 день: 6

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	4,83	1,17	25,67	135
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	7,06	1,55	46,53	233,94
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Петрушка свежая, Капуста б/к свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,8	2,1	4,2	31,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРОЙ (Цыплята бройлер, Картофель очищенный, Морковь очищенная, ВЕРМИШЕЛЬ безглютеновая, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	4,14	2,96	16,08	168,48
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (Мука безглютеновая, Масло растительное, Печень говяжья, Соль)	100	9,4	22,14	26,14	146,24
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (А) (Картофель очищенный, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	752	20,14	33,06	121,06	721,18
Итого за день	1 198	27,2	34,61	167,59	955,12

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 2 день: 1

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Макароны безглютен., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	6,7	8	27,5	209
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	8,93	8,38	48,36	307,94
Обед					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНЫМ (Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,6	3,12	2,7	41,28
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,72	4,58	15,42	125,74
ФИЛЕ ИНДЕЙКИ ТУШЕНОЕ С КАРТОФЕЛЕМ (без моркови/специй, безглютен) (Картофель очищенный, Мука безглютеновая, Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	240	15,5	19,75	41,83	407,04
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	24,52	27,91	114,29	808,42
Итого за день	1 188	33,45	36,29	162,65	1116,36

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 2 день: 2

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	4,83	1,17	25,67	135
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	6,66	1,75	48,83	242,94
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	60	0,8	2,7	4,6	45,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРОЙ (Цыпленок бройлер, Картофель очищенный, Морковь очищенная, ВЕРМИШЕЛЬ безглютеновая, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	4,14	2,96	16,08	168,48
КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕНОЕ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Мука безглютеновая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	9,3	2,6	2,6	71
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ (Макароны безглютен., Масло растительное, Соль)	150	5,3	4,2	26,3	191
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	752	22,24	12,92	103,92	710,44
Итого за день	1 198	28,9	14,67	152,75	953,38

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 2 день: 3

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Геркулес, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	5,1	3,5	18,9	128
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	7,33	3,88	39,76	226,94
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
БОРЩ ОВОЩНОЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,16	5,57	9,42	108,14
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (Рыба филе с/м, Вода питьевая, Лук репчатый, Соль)	100	16,29	1,14	1,71	82,86
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (А) (Картофель очищенный, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	752	27,75	12,67	87,27	574,86
Итого за день	1 198	35,08	16,55	127,03	801,8

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 2 день: 4

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Макароны безглютен., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	6,7	8	27,5	209
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	8,53	8,58	50,66	316,94
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3э)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
РЫБНЫЙ СУП С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное,	200	2,64	4,8	2,42	63,44
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С КУРИНЫМ ФИЛЕ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	240	5,76	7,36	16,64	155,84
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	732	11,8	12,72	75,7	466,44
Итого за день	1 178	20,33	21,3	126,36	783,38

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 2 день: 5

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара) (Кукурузная крупа, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,92	5,25	21,42	149,17
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	6,15	5,63	42,28	248,11
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Петрушка свежая, Капуста б/к свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,8	2,1	4,2	31,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,72	4,58	15,42	125,74
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕННЫЕ В СОУСЕ (Мука безглютеновая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	15,2	16,6	10,6	258
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ (Картофель очищенный, Масло растительное, Соль)	150	2,87	4,32	23,01	141
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	752	27,29	28,06	107,57	790,2
Итого за день	1 198	33,44	33,69	149,85	1038,31

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 2 день: 6

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%)	150	3,21	3,25	13,36	95,54
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	5,04	3,83	36,52	203,48
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3з)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	3,48	3,43	1,54	50,94
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (Мука безглютеновая, Масло растительное, Печень говяжья, Соль)	90	8,46	19,93	23,53	131,62
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	5,83	8,55	24,78	199,4
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	21,17	32,47	106,49	629,12
Итого за день	1 188	26,21	36,3	143,01	832,6

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 3 день: 1

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара) (Кукурузная крупа, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,92	5,25	21,42	149,17
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	5,75	5,83	44,58	257,11
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	60	0,8	2,7	4,6	45,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРОЙ (Цыпленок бройлер, Картофель очищенный, Морковь очищенная, ВЕРМИШЕЛЬ безглютеновая, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	4,14	2,96	16,08	168,48
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ (без яиц) (ТТК-68,01) (Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Соль)	100	11,2	10,4	0,8	184
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (А) (Картофель очищенный, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	752	21,94	21,92	96,12	773,44
Итого за день	1 198	27,69	27,75	140,7	1030,55

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 3 день: 2

_____ " _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Макароны безглютен., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	6,7	8	27,5	209
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	8,93	8,38	48,36	307,94
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
РЫБНЫЙ СУП С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное,	200	2,64	4,8	2,42	63,44
ГОВЯДИНА, ТУШЕННАЯ С КАПУСТОЙ (Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	240	28,65	28,49	9,75	410,32
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	732	34,49	33,85	68,01	716,62
Итого за день	1 178	43,42	42,23	116,37	1024,56

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 3 день: 3

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	4,83	1,17	25,67	135
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	6,66	1,75	48,83	242,94
Обед					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,6	3,12	2,7	41,28
БОРЩ ОВОЩНОЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,16	5,57	9,42	108,14
КОТЛЕТА КАРТОФЕЛЬНО-РЫБНАЯ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Мука безглютеновая, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	90	11,7	11,34	13,5	203,4
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	5,83	8,55	24,78	199,4
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	25,99	29,04	104,74	786,58
Итого за день	1 188	32,65	30,79	153,57	1029,52

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 3 день: 4

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Геркулес, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	5,1	3,5	18,9	128
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	7,33	3,88	39,76	226,94
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Горох шлифованный, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло)	200	5,12	3,6	14,88	112,8
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ (Мука безглютеновая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	90	19,78	20,03	3,91	274,68
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" на растительном масле (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	3,6	4,6	10,4	97,4
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	732	31,7	28,79	85,03	727,74
Итого за день	1 178	39,03	32,67	124,79	954,68

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 3 день: 5

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Макароны безглютен., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	6,7	8	27,5	209
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	8,53	8,58	50,66	316,94
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	60	0,8	2,7	4,6	45,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ КУРОЙ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	3,9	3,01	15,44	111,8
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (без томатной пасты) (Картофель очищенный, Говядина, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	240	27,04	25,76	21,44	425,6
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	34,44	31,93	95,82	817,36
Итого за день	1 188	42,97	40,51	146,48	1134,3

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 3 день: 6

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	4,83	1,17	25,67	135
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	7,06	1,55	46,53	233,94
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3з)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,24	5,65	8,22	104,94
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (Мука безглютеновая, Масло растительное, Печень говяжья, Соль)	90	8,46	19,93	23,53	131,62
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (А) (Картофель очищенный, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	20,2	31,54	108,69	624,72
Итого за день	1 188	27,26	33,09	155,22	858,66

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 4 день: 1

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Макароны безглютен., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	6,7	8	27,5	209
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	8,53	8,58	50,66	316,94
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
РЫБНЫЙ СУП С ОВОЩАМИ (Рыба филе с/м, Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ, ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ (Мука безглютеновая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200	2,64	4,8	2,42	63,44
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	5,83	8,55	24,78	199,4
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	26,87	30,51	93,64	763,7
Итого за день	1 188	35,4	39,09	144,3	1080,64

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 4 день: 2

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	4,83	1,17	25,67	135
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	7,06	1,55	46,53	233,94
Обед					
САЛАТ ИЗ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ (Масло растительное, Огурцы свежие, Помидоры свежие, Соль)	60	0,6	3,12	2,7	41,28
БОРЩ ОВОЩНОЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Свекла очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,16	5,57	9,42	108,14
МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С КУРИНЫМ ФИЛЕ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Масло растительное, Соль)	240	3,2	7,36	19,36	156,8
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	11,66	16,51	85,82	540,58
Итого за день	1 188	18,72	18,06	132,35	774,52

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 4 день: 3

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Геркулес, Вода питьевая, Масло сл-сливочное 82,5%, Соль)	150	5,1	3,5	18,9	128
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	6,93	4,08	42,06	235,94
Обед					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕЖИМ ОГУРЦОМ (Петрушка свежая, Капуста б/к свежая, Масло растительное, Огурцы свежие, Соль)	60	0,8	2,1	4,2	31,1
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,72	4,58	15,42	125,74
КУРИНОЕ ФИЛЕ ТУШЕНОЕ (ФИЛЕ цыпл.-бройлера, Морковь очищенная, Мука безглютеновая, Вода питьевая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	9,3	2,6	2,6	71
КАРТОФЕЛЬ ЗАПЕЧЕННЫЙ ИЗ ОТВАРНОГО (Картофель очищенный, Масло растительное, Соль)	150	2,4	5,8	19	137,8
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	752	20,92	15,54	95,56	600
Итого за день	1 198	27,85	19,62	137,62	835,94

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 4 день: 4

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЕ С ОВОЩАМИ (Морковь очищенная, Макароны безглютен., Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	6,7	8	27,5	209
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	8,93	8,38	48,36	307,94
Обед					
ОГУРЕЦ В НАРЕЗКЕ	60	0,5	0,1	1,5	8,5
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Морковь очищенная, Вода питьевая, Говядина, Капуста б/к свежая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	3,48	3,43	1,54	50,94
ТУШЕНОЕ ФИЛЕ ИНДЕЙКИ (Мясо индейки(филе), Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	100	22,72	15,5	8,73	416,67
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Вода питьевая, Капуста б/к свежая, Лавровый лист, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	2	5,7	12,1	109,2
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	752	31,4	25,19	78,21	819,67
Итого за день	1 198	40,33	33,57	126,57	1127,61

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 4 день: 5

" _____ 2024

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША ОВСЯНО-ГРЕЧНЕВАЯ "ЗДОРОВЬЕ" (на воде с маслом сливочным, без сахара) (Геркулес, Молоко, Вода питьевая, Гречневая крупа, Масло сл-сливочное 82,5%)	150	3,21	3,25	13,36	95,54
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,4	0,4	9,8	47
Итого за Завтрак	446	5,04	3,83	36,52	203,48
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ (Свекла очищенная, Масло растительное, Соль)	60	0,8	2,7	4,6	45,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ И КУРОЙ (Цыпленок бройлер, Картофель очищенный, Морковь очищенная, ВЕРМИШЕЛЬ безглютеновая, Петрушка свежая, Вода питьевая, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	4,14	2,96	16,08	168,48
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ (Рыба филе с/м, Вода питьевая, Лук репчатый, Соль)	100	16,29	1,14	1,71	82,86
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ (А) (Картофель очищенный, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,1	5,4	20,3	141
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	752	27,03	12,66	97,03	672,3
Итого за день	1 198	32,07	16,49	133,55	875,78

Зав. производством _____



Меню САХАРНЫЙ ДИАБЕТ 7-11 ЛЕТ

Неделя 4 день: 6

" _____ 2024.

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Б	Ж	У	
Завтрак					
КАША КУКУРУЗНАЯ (на воде с маслом растительным, без сахара) (Кукурузная крупа, Вода питьевая, Масло растительное, Соль)	150	3,92	5,25	21,42	149,17
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	16	1,25	0,18	13,27	59,68
ЧАЙ БЕЗ САХАРА (Чай, Вода питьевая)	180	0,18		0,09	1,26
МАНДАРИН	100	0,8	0,2	7,5	38
Итого за Завтрак	446	6,15	5,63	42,28	248,11
Обед					
ПОМИДОР В НАРЕЗКЕ (ТК 54-3э)	60	0,7	0,1	2,3	12,8
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНОЙ (Картофель очищенный, Морковь очищенная, Петрушка свежая, Вода питьевая, Говядина, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	200/10	5,72	4,58	15,42	125,74
ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ (Мука безглютеновая, Масло растительное, Печень говяжья, Соль)	90	8,46	19,93	23,53	131,62
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ "ПО-ДОМАШНЕМУ" на растительном масле (Морковь очищенная, Вода питьевая, Гречневая крупа, Лук репчатый, Масло растительное, Соль)	150	3,6	4,6	10,4	97,4
ХЛЕБЕЦ БЕЗГЛЮТЕНОВЫЙ	32	2,5	0,36	26,54	119,36
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК БЕЗ САХАРА (Яблоко свежее, Вода питьевая)	200	0,2	0,1	27,8	115
Итого за Обед	742	21,18	29,67	105,99	601,92
Итого за день	1 188	27,33	35,3	148,27	850,03

Зав. производством _____