

ДИАБЕТ

Прием пищи		Раздел	№ рец.	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Завтрак										
гор. Блюдо		Горошек консервированный прогретый		20		0.62	0.04	1.3	8.04	1.2
напиток		Омлет натуральный		150		18.52	22.24	2.55	284.45	1.7
хлеб		Какао на молоке СД		200		3.64	3.45	4.59	63.96	0.4
фрукт		Хлеб ржаной		25		1.75	0.25	12.75	60	1.3
		Фрукт свежий		140		0.56	0.56	13.72	62.16	1.2
Дополнительное питание					108,33 руб					
гор. блюдо		Запеканка из творога с соусом ягодным СД		150		18.91	13.19	11.48	240.27	0.20
напиток		Чай без сахара		200		0.2	0.05	0.07	1.54	0.01
					40,26 руб					
Обед										
1 блюдо		Салат морковный		60		0.78	5.06	4.14	65.18	0.1
2 блюдо		Рассольник Ленинградский на говяжьем бульоне(перловка)		200		3.19	7.27	13.86	133.6	1.5
гарнир		Мясо тушеное(свинина) СД		100		12.26	21.21	2.22	248.79	0.2
напиток		Каша рисовая рассыпчатая		150		4.39	4.97	45.96	246.11	3.9
хлеб		Компот из свежих яблок с клюквой СД		200		0.13	0.13	3.25	14.75	0.1
		Хлеб ржаной		25		1.75	0.25	12.75	60	
					108,33 руб					



ДИАБЕТ

День 29.04.2025

			1-4 КЛАСС			Отд./корп			День 29.04.2025		
Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ	
Завтрак	гор. Блюдо	Под гарнировка из свежих овощей		20	0,13	1,35	0,36		1413	1,2	
	гарнир	Мясо тушеное(говядина) СД		100	16	18,42	2,66		240,45	2,1	
	напиток	Каша перловая рассыпчатая		150	4,45	4,33	31,68		183,49	0,4	
	хлеб	Напиток кофейный на молоке СД		200	3,62	3,21	9,13		79,89	1,3	
	кисломол	Хлеб ржаной		25	1,75	0,25	12,75		60	1,2	
		Кисломолочный продукт		100	2,5	1,2	13,1		73		
Дополнительное питание					108,33 руб						
	яйцо	Сыр полутвердый		20	5,80	7,38			89,58	0,20	
	хлеб	Яйцо вареное		48	6,10	5,52	0,34		75,41	0,01	
	напиток	Хлеб ржаной		25	1,75	0,25	12,75		60	1,2	
		Чай с молоком СД		200	1,70	1,65	2,42		31,34	0,2	
					40,26 руб						
Обед											
	1 блюдо	Салат из свеклы с изюмом		60	0,95	41,1	11,86		88,14	0,1	
	2 блюдо	Суп из овощей на курином бульоне		200	2,86	4,66	6,11		77,8	1,5	
	напиток	Жаркое по-домашнему		240	19,47	30,48	24,91		451,83	0,2	
	хлеб	Компот из кураги СД		200	1,04	0,06	10,2		45,5	3,9	
		Хлеб ржаной		25	1,75	0,25	12,75		60	0,1	
					108,33 руб						
5-11 КЛАСС											
	Завтрак	Блюдо		Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ	
	гор. блюдо	Под гарнировка из свежих овощей		30	0,2	1,83	0,54		19,04	1,2	
	гарнир	Мясо тушеное(говядина) СД		100	16	18,42	2,66		240,45	2,1	
	напиток	Каша перловая рассыпчатая		180	4,45	4,33	31,68		183,49	0,4	
	хлеб	Напиток кофейный на молоке СД		200	3,62	3,21	9,13		79,89	1,3	
Дополнительное питание	напиток	Хлеб ржаной		50	3,5	0,5	25,5		120	2,5	
		Кисломолочный продукт		100	2,5	1,2	13,1		73	1,3	
					108,33 руб						
	яйцо	Сыр полутвердый		20	5,80	7,38			89,58	0,20	
	хлеб	Яйцо вареное		48	6,10	5,52	0,34		75,41	0,01	
	напиток	Хлеб ржаной		25	1,75	0,25	12,75		60	1,2	
Обед											
	1 блюдо	Салат из свеклы с изюмом		100	1,59	6,17	149,76		140,9	0,2	
	2 блюдо	Суп из овощей на курином бульоне		136,68	5,9	7,62			98,36	1,9	
	напиток	Жаркое по-домашнему		22,57	35,04				521,66	0,2	
	хлеб	Компот из кураги СД		16,04	0,06	10,2			45,5	4,7	
		Хлеб ржаной		5	0,5	25,5			120	1,2	

Прием пищи	Раздел	№ рец.	Блюдо	Выход, г	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	ХЕ
Завтрак	гор. блюдо	Под гарнировка из свежих овощей		30	0,2	1,83	0,54		19,04	1,2
	гарнир	Мясо тушеное(говядина) СД		100	16	18,42	2,66		240,45	2,1
	напиток	Каша перловая рассыпчатая		180	4,45	4,33	31,68		183,49	0,4
	хлеб	Напиток кофейный на молоке СД		200	3,62	3,21	9,13		79,89	1,3
	кисломол	Хлеб ржаной		50	3,5	0,5	25,5		120	2,5
		Кисломолочный продукт		100	2,5	1,2	13,1		73	1,3
Дополнительное питание					108,33 руб					
	яйцо	Сыр полутвердый		20	5,80	7,38			89,58	0,20
	хлеб	Яйцо вареное		48	6,10	5,52	0,34		75,41	0,01
	напиток	Хлеб ржаной		25	1,75	0,25	12,75		60	1,2
		Чай с молоком СД		200	1,70	1,65	2,42		31,34	0,2
					40,26 руб					
Обед										
	1 блюдо	Салат из свеклы с изюмом		100	1,59	6,17	149,76		140,9	0,2
	2 блюдо	Суп из овощей на курином бульоне		136,68	5,9	7,62			98,36	1,9
	напиток	Жаркое по-домашнему		22,57	35,04				521,66	0,2
	хлеб	Компот из кураги СД		16,04	0,06	10,2			45,5	4,7
		Хлеб ржаной		5	0,5	25,5			120	1,2

О. Еланьчиков

ДИАБЕТ

Отл./корп

День

28.04.2025

1-4 КЛАСС					
Прием пиши	Раздел	№ рец.	Выход, г	Цена	Белки
Завтрак	Блюдо	Бутерброд с сыром (хлеб ржаной)	45	1.87	11.13
гор. Блюдо		Каша вязкая молочная пшененная с маслом сливочным СД	160	3.35	7.32
напиток		Чай с молоком СД	200	1.70	1.65
фрукт		Фрукт свежий	140	0.56	0.56
				108,33 руб	
Дополнительное питание	гор. Блюдо	Омлет с сыром	150	18.52	22.24
	напиток	Чай с лимоном	200	0.27	0.05
				40,26 руб	
Обед		Салат из белокочанной капусты с морковью СД	60	0.92	3.05
1 блюдо		Суп картофельный с горохом на говяжьем бульоне	200	5.63	5.24
2 блюдо		Филе куриное тушенное в томатном соусе СД	100	14.13	10.55
гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	150	8.73	5.9
напиток		Чай с шиповником СД	200	0.3	0.09
хлеб		Хлеб ржаной	25	1.75	0.25
				108,33 руб	

5-11 КЛАСС					
Прием пиши	Раздел	№ рец.	Выход, г	Цена	Белки
Завтрак	Блюдо	Бутерброд с сыром (хлеб ржаной)	45	1.87	11.13
гор. блюдо		Каша вязкая молочная пшененная с маслом сливочным СД	200	4.14	8.2
напиток		Чай с молоком СД	200	1.70	1.65
фрукт		Фрукт свежий	140	0.56	0.56
				108,33 руб	
Дополнительное питание	гор. Блюдо	Омлет с сыром	150	18.52	22.24
	напиток	Чай с лимоном	200	0.27	0.05
				40,26 руб	
Обед		Салат из белокочанной капусты с морковью СД	100	1.43	5.1
1 блюдо		Суп картофельный с горохом на говяжьем бульоне	250	6.99	6.51
2 блюдо		Филе куриное тушенное в томатном соусе СД	100	14.13	10.55
гарнир		Каша гречневая рассыпчатая	180	10.51	7.09
напиток		Чай с шиповником СД	200	0.3	0.09
хлеб		Хлеб ржаной	50	3.5	0.5
				108,33 руб	

