

Льготная категория 1 смена 7- 11 лет  
 Льготная категория 1 смена с 12 лет и старше

## МЕНЮ диетическое (безмолочно-безглютеновое)

21» января 2023 г.

1 неделя вторник

№ рецептуры	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	Вес блюда	ЦЕНА	Белки,г	Жиры,г	Углеводы, г	ЭЦ,Ккал
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>Завтрак</b>							
171	Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным	150	18.39	4.54	4.19	20.56	137.85
295	Котлеты куриные со шпинатом	100	80.77	26.16	7.23	1.73	184.75
ПП	Хлеб белый дрожжевой без глютена	30	18.00	2.10	0.30	14.70	70.50
376	Чай с сахаром	200	4.25	0.06	0.02	15.01	60.01
338	Груши свежие	184	64.39	0.73	0.55	18.85	86.01
	<b>итого за завтрак:</b>	<b>664.00</b>	<b>185.80</b>	<b>33.59</b>	<b>12.29</b>	<b>70.85</b>	<b>539.12</b>
<b>Обед</b>							
67	Винегрет овощной	100	30.06	1.39	10.02	6.55	122.00
102	Суп картофельный с горохом и зеленью	251	15.72	5.06	4.85	15.21	136.39
147	Картофель запеченый по -деревенски	150	29.10	3.80	5.76	30.97	191.25
232	Горбуша запеченая	90	75.92	26.60	10.80	0.00	194.97
388	Напиток из плодов шиповника	200	11.40	0.68	0.28	20.76	88.20
ПП	Хлеб белый дрожжевой без глютена	50	30.00	3.50	0.50	24.50	117.50
	<b>итого за обед:</b>	<b>841.00</b>	<b>192.20</b>	<b>41.03</b>	<b>32.21</b>	<b>97.99</b>	<b>850.31</b>
	<b>итого за завтрак и обед:</b>	<b>1505.00</b>	<b>378.00</b>	<b>74.62</b>	<b>44.50</b>	<b>168.84</b>	<b>1389.43</b>

Директор школы: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Повар бригадир: \_\_\_\_\_

