

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

УТВЕРЖДАЮ:  
 Директор ООО «Радуга Вкуса»  
 А.А. Шидула



**МЕНЮ диетическое (безмолочно-безглютеновое)**

*А.А. Шидула* 2022 г.

2 неделя среда

| № 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> |  |                |               |              |              |               |                |
| 72             | Подгарнировка из свежих огурцов                                | 60             | 29.70         | 0.48         | 0.06         | 1.50          | 8.40           |
| 171            | Каша рассыпчатая гречневая с маслом растительным               | 150            | 18.39         | 4.54         | 4.19         | 20.56         | 137.85         |
| 279            | Тефтели из свинины   | 90             | 63.32         | 10.67        | 10.06        | 8.13          | 167.16         |
| 331            | Соус шпинатный   | 30             | 10.92         | 1.30         | 3.14         | 1.62          | 40.27          |
| 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          |
|                | <b>итого за завтрак:</b>                                       | <b>560.00</b>  | <b>144.58</b> | <b>19.15</b> | <b>17.77</b> | <b>61.52</b>  | <b>484.19</b>  |
| <b>Обед</b>    |  |                |               |              |              |               |                |
| 7/1            | Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом | 100            | 46.62         | 1.40         | 8.90         | 3.70          | 100.00         |
| 84             | Борщ с фасолью и картофелем                                    | 250            | 18.88         | 3.55         | 5.12         | 14.18         | 127.75         |
| 143            | Рагу овощное   | 150            | 44.08         | 3.58         | 10.40        | 18.80         | 185.65         |
| 295            | Биточки куриные по - Белорусски                                | 100            | 81.42         | 18.42        | 9.07         | 3.05          | 163.81         |
| 342            | Компот из свежих груш  | 200            | 19.22         | 0.16         | 0.12         | 23.40         | 91.47          |
| ПП             | Хлеб белый дрожжевой без глютена                               | 40             | 23.20         | 2.80         | 0.40         | 19.60         | 94.00          |
|                | <b>итого за обед:</b>  | <b>840.00</b>  | <b>233.42</b> | <b>29.91</b> | <b>34.01</b> | <b>82.73</b>  | <b>762.68</b>  |
|                | <b>итого за завтрак и обед:</b>                                | <b>1400.00</b> | <b>378.00</b> | <b>49.06</b> | <b>51.78</b> | <b>144.25</b> | <b>1246.87</b> |

Директор школы: \_\_\_\_\_

Мед. работник: \_\_\_\_\_

Повар бригадир: \_\_\_\_\_

