

Меню строгое **НОВОЕ**, 2пн

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

134	<i>Макаронные изделия отварные с растительным маслом</i>	кКал-199.31, Белки-2.96, Жиры-4.82, Угл-35.81
25	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-61.85, Белки-0.05, Жиры-1.19, Угл-12.73
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Завтрак1 кКал-261.16, Белки-3.01, Жиры-6.01, Угл-

Завтрак2

200	<i>Компот из свежих плодов (б/сах)</i>	кКал-18.8, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-3.92
-----	--	--

Итого за Завтрак2 кКал-18.8, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-3.92

Обед

200	<i>Суп картофельный с гречневой крупой</i>	кКал-79.5, Белки-2.02, Жиры-2.45, Угл-12.3
30	<i>Мясо птицы отварное (филе индейки)</i>	кКал-113.16, Белки-8, Жиры-9.02
20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
130	<i>Рис припущенный (растительное масло)</i>	кКал-192.87, Белки-3.23, Жиры-5.05, Угл-33.67
50	<i>Салат из белокочанной капусты с морковью (б/сах) сах.диабет 50 ед.</i>	кКал-41.71, Белки-1.14, Жиры-2.56, Угл-3.33
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Обед кКал-476.32, Белки-14.44, Жиры-20.05, Угл-

Полдник у.

60	<i>Мясо птицы (филе индейки) тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)</i>	кКал-141.93, Белки-7.96, Жиры-11.82, Угл-0.91
150	<i>Рагу из овощей (без муки)</i>	кКал-134.77, Белки-2.64, Жиры-6.35, Угл-16.5
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Полдник у. кКал-276.7, Белки-10.6, Жиры-18.17, Угл-

Итого за день кКал-1 032.98, Белки-28.21, Жиры-44.39, Угл-129.21

Уфл



Меню строгое **НОВОЕ**, 2вт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
165	<i>Каша пшеничная вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)</i>	кКал-156.1, Белки-3.74, Жиры-6.07, Угл-21.61
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Завтрак1 кКал-205.18, Белки-3.79, Жиры-7.04, Угл-

Завтрак2

200	<i>Компот из смеси сухофруктов (б/сах)</i>	кКал-48.8, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-12.96
-----	--	---

Итого за Завтрак2 кКал-48.8, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-12.96

Обед

134	<i>Макаронные изделия отварные с растительным маслом</i>	кКал-199.31, Белки-2.96, Жиры-4.82, Угл-35.81
20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
200	<i>Борщ с капустой и картофелем (без сметаны)</i>	кКал-67.54, Белки-1.42, Жиры-3.33, Угл-7.84
30	<i>Мясо птицы отварное (филе индейки)</i>	кКал-113.16, Белки-8, Жиры-9.02
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Обед кКал-429.09, Белки-12.43, Жиры-18.14, Угл-

Полдник у.

60	<i>Мясо птицы (филе индейки) тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)</i>	кКал-141.93, Белки-7.96, Жиры-11.82, Угл-0.91
134	<i>Каша рисовая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)</i>	кКал-132.2, Белки-2.05, Жиры-4.29, Угл-21.39
20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
120	<i>Яблоко</i>	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Полдник у. кКал-404.81, Белки-10.54, Жиры-17.56, Угл-

Итого за день кКал-1 087.88, Белки-27.2, Жиры-42.83, Угл-149.48



Меню строгое **НОВОЕ**, 2ср

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
165	<i>Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)</i>	кКал-136.06, Белки-4.1, Жиры-5.07, Угл-18.56
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Завтрак1 кКал-185.14, Белки-4.15, Жиры-6.04, Угл-

Завтрак2

200	<i>Компот из смеси сухофруктов (б/сах)</i>	кКал-48.8, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-12.96
-----	--	---

Итого за Завтрак2 кКал-48.8, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-12.96

Обед

50	<i>Салат "Здоровье" 50 ед.</i>	кКал-55.5, Белки-0.84, Жиры-4.15, Угл-3.63
20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
180	<i>Суп рисовый с мелкошинкованными овощами (без</i>	кКал-54.52, Белки-1.06, Жиры-1.47, Угл-9.23
30	<i>Мясо птицы отварное (филе индейки)</i>	кКал-113.16, Белки-8, Жиры-9.02
130	<i>Картофель тушеный (растительное масло)</i>	кКал-194.82, Белки-2.82, Жиры-10.89, Угл-21.2
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

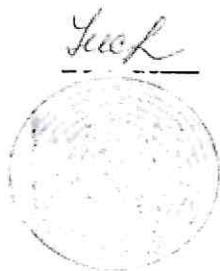
Итого за Обед кКал-467.08, Белки-12.77, Жиры-26.5, Угл-

Полдник у.

60	<i>Мясо птицы, припущенное в томатном соусе (филе индейки)</i>	кКал-41.14, Белки-0.21, Жиры-3.51, Угл-2.11
20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
120	<i>Яблоко</i>	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
134	<i>Каша пшеничная вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)</i>	кКал-147.11, Белки-3.74, Жиры-5.07, Угл-21.61
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Полдник у. кКал-318.93, Белки-4.48, Жиры-10.03, Угл-

Итого за день кКал-1 019.95, Белки-21.84, Жиры-42.66, Угл-138.26



Меню строгое НОВОЕ, 2чт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
165	<i>Каша рисовая вязкая без молока с растительным маслом</i>	кКал-146.16, Белки-2.05, Жиры-4.29, Угл-24.88
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Завтрак1 кКал-195.24, Белки-2.1, Жиры-5.26, Угл-
Завтрак2

200	<i>Компот из свежих плодов (б/сах)</i>	кКал-18.8, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-3.92
-----	--	--

Итого за Завтрак2 кКал-18.8, Белки-0.16, Жиры-0.16, Угл-3.92

Обед

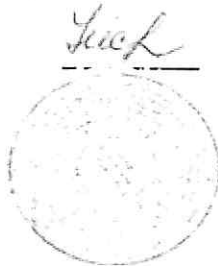
200	<i>Суп с макаронными изделиями (безглютен)</i>	кКал-104.8, Белки-2.18, Жиры-2.53, Угл-18.26
20	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-49.08, Белки-0.05, Жиры-0.97, Угл-10.04
35	<i>Мясо птицы отварное (филе индейки)</i>	кКал-132.2, Белки-9.34, Жиры-10.54
130	<i>Картофельное пюре с растительным маслом</i>	кКал-126.98, Белки-2.22, Жиры-5.04, Угл-18.13
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Обед кКал-413.06, Белки-13.79, Жиры-19.08, Угл-
Полдник у.

120	<i>Яблоко</i>	кКал-81.6, Белки-0.48, Жиры-0.48, Угл-18.84
60	<i>Мясо птицы (филе индейки), припущенное с овощами</i>	кКал-120.27, Белки-7.83, Жиры-9.8, Угл-0.17
130	<i>Капуста тушеная (с растительным маслом)</i>	кКал-94.62, Белки-3.11, Жиры-4.78, Угл-9.32
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Полдник у. кКал-296.49, Белки-11.42, Жиры-15.06, Угл-

Итого за день кКал-923.59, Белки-27.47, Жиры-39.56, Угл-



Меню строгое **НОВОЕ**, 2пт

Выход (г)	Наименование блюда	эн. цен. (ккал), белки (г), углеводы (г), витамины (мг), микроэлементы (мг)
-----------	--------------------	--

Завтрак1

160/5	<i>Каша гречневая вязкая без молока с растительным маслом (б/сах)</i>	кКал-136.06, Белки-4.1, Жиры-5.07, Угл-18.56
25	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-61.85, Белки-0.05, Жиры-1.19, Угл-12.73
200	<i>Чай (б/сах)</i>	

Итого за Завтрак1 кКал-197.91, Белки-4.15, Жиры-6.26, Угл-

Завтрак2

200	<i>Компот из смеси сухофруктов (б/сах)</i>	кКал-48.8, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-12.96
-----	--	---

Итого за Завтрак2 кКал-48.8, Белки-0.44, Жиры-0.09, Угл-12.96

Обед

50	<i>Винегрет овощной</i>	кКал-40.45, Белки-0.65, Жиры-2.59, Угл-3.61
200	<i>Суп картофельный с горохом</i>	кКал-114.33, Белки-4.73, Жиры-3.64, Угл-15.59
60	<i>Мясо птицы (филе индейки) тушеное с овощами (без муки и томат-пасты)</i>	кКал-141.93, Белки-7.96, Жиры-11.82, Угл-0.91
134	<i>Макаронные изделия отварные с растительным маслом</i>	кКал-199.31, Белки-2.96, Жиры-4.82, Угл-35.81
200	<i>Чай (б/сах)</i>	
25	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-61.85, Белки-0.05, Жиры-1.19, Угл-12.73

Итого за Обед кКал-557.87, Белки-16.35, Жиры-24.06, Угл-

Полдник у.

135	<i>Плов из филе индейки (без томат-пасты)</i>	кКал-332.6, Белки-14.13, Жиры-19.83, Угл-24.4
200	<i>Чай (б/сах)</i>	
25	<i>Хлеб из безбелковой смеси</i>	кКал-61.85, Белки-0.05, Жиры-1.19, Угл-12.73

Итого за Полдник у. кКал-394.45, Белки-14.18, Жиры-21.02, Угл-

Итого за день кКал-1 199.03, Белки-35.12, Жиры-51.43, Угл-150.03

