ИП Ефремова О.В.

Согласовано: Директор МАОУ
"СОШ № 3"

_____Козырина А.А.

СТОЛОВАЯ МАОУ "СОШ № 3"

Приятного аппетита! **7 мая 2024 г.**

Меню: диета (Стол № 9) при сахарном диабете.

Наименование блюда	выход	Калорий-ность	белки	Жиры	Углеводы
ЗАВТРАК (учащиеся с 5 по 11 кл)					
Сыр порционно	15	91	2,8	9,9	11
Омлет натуральный с маслом	200	293	11	10,6	25,3
Чай с лимоном без сахара	200/7	65	0,3	0,1	3,6
Яблоко	100	58	0,65	0,65	16,6
0	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной витаминизир	2/30	108	3,4	0,6	22,4
Итого:		**615,0**	**18,15**	**21,85**	**78,90**
ОБЕД (учащиеся с 5 по 11 кл)					
Салат из свежей капусты с кукурузой	100	87,2	2,1	5,7	8,9
Суп-пюре из разных овощей с говядиной и гренками	250/10/20	210	8,2	8,1	31,2
Кнели мясные (свинина) с соусом	100/20	208,4	6,2	5	7,2
Рагу из овощей	180	156	4,3	2,6	15,2
Чай из шиповника (без сахара)	200	64,54	0,19	0,08	14,88
Яблоко	100	58	0,65	0,65	16,6
0	0	0	0	0	0
Хлеб ржаной витаминизир	2/30	108	3,4	0,6	22,4
		892,14	**25,04**	22,73	**116,38**
Итого:		**1507,14**	**43,19**	**44,58**	**195,28**

Зав.производством _____ (Утюмова Н.В.)

Бухгалтер _____ (Харина С.В.)