

МЕНЮ-ПЕРЕЧЕНЬ (образец ежедневного меню)

Наименование блюда	Диетический режим	Выход готовых блюд
Завтрак 1		
Хлеб пшеничный	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,047
Хлеб ржаной	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,046
Фруктоза	8, 9, 9а	0,015
Сахар-рафинад	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,040
Вода питьевая	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,500
Чай	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,150
Какао с молоком	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,150
Масло сливочное порц.	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,015
Каша рисовая молочная с/с	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,150
Каша пшеничная молочная б/с	8, 9, 9а	0,150
Каша манная на воде с/с	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,150
Каша гречневая молочная с/с	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,150
Колбаса в/к	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,030
Сыр порц.	8, 9, 9а	0,020
Запеканка творожная с/с	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,100
Творожная запеканка б/с со см	8, 9, 9а	0,100
Завтрак 2		
Сыр порц.	10; 15; 15а; 3; 5; 7; 9; 9а	0,020
Обед		
Хлеб пшеничный	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,047
Хлеб ржаной	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,046
Салат "Зимняя фантазия"	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,100
Котлеты морковные	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,100
Винегрет овощ с фасолью	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,100
Салат "Ижемский"	1, 3; 5, 7, 8, 9, 10, 15,	0,100
Свекольник со сметаной	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,250
Суп фасолевый	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,250
Суп - пюре из разных овощей	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,250
Суп рыбный с консервами	1, 3; 5, 7, 8, 9, 10, 15,	0,250
Макароны по-флотски	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,200
Печень по-строгановски	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,100
Рыба запеченная (пикша)	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,090
Филе куриное в кляре	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,075
Капуста тушен.	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,150
Картофельное пюре	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,150
Каша пшеничная	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,150
Напиток из шиповника с/с	8, 9, 9а	0,150
Напиток из сухофруктов с/с	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,150
Компот из фрукт. смеси.	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,150
Компот из фрукт. смеси. б/с	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,150
Соус молочный (бешамель)	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	1,0
Конфеты	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,060
Мармелад диабет	8, 9, 9а	0,060
Виноград	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,250
Яблоко печеное б/с	8, 9, 9а	0,140
Груша	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,250
Ужин		
Хлеб пшеничный	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,047
Хлеб ржаной	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,046
Салат рыбный	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,100
Салат "Осенние мотивы"	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,095
Салат из свеклы с сыром	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,100
Салат из морской капусты	1, 3; 5, 7, 8, 9, 10, 15,	0,100
Отбивная "Сказка"	1, 3; 5, 7, 8, 9, 10, 15,	0,050
Рыба под сыром	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,095
Суфле из индейки	1, 3; 5, 7, 8, 9, 10, 15,	0,075
Бифштекс по-Казачьи	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,080
Каша перловая	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,150
Вермишель жаренная с луком	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,150
Картофель отварной	1, 3; 5, 7, 10, 15, 15а	0,150
Гречка отварная	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,150
Лимон порц.	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,009
Чай	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,150
Кефир	1, 3; 5, 7, 8, 9, 9а 10, 15, 15а	0,202