



УТВЕРЖДАЮ  
ИП Косухин С.В.  
Косухин С.В.

**Льготный завтрак ДМС 12-18 лет.  
с 20 по 25 мая 2024 г.**

Приём пищи	№ рецепта	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	297т/ 456 п	Фрикадельки из кур с соусом	140	13,06	16,64	33,93	277,15	
7 день	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,5	45,25	
<b>Итого:</b>			<b>515</b>	<b>23,4</b>	<b>23,03</b>	<b>96,07</b>	<b>626,15</b>	<b>74,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	182 т	Каша, жидкая молочная из рисовой крупы	200	5,1	3,72	23,42	251	
8 день	90 п	Бутерброд с сыром	60	5,36	7,6	7,92	122,4	
Завтрак	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>13,86</b>	<b>11,92</b>	<b>63,54</b>	<b>524,9</b>	<b>74,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	255 т	Печень по – Строгоновски	100	9,26	5,23	12,52	185	
9 день	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	25,43	206,25	
Завтрак	495 п	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>17,12</b>	<b>11,93</b>	<b>70,85</b>	<b>562,75</b>	<b>74,00</b>
<b>Четверг</b>								
10 день	299к/ 456 п	Ёжики мясные с соусом	140	16,64	18,67	32,8	327,77	
Завтрак	309 т	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,5	45,25	
<b>Итого:</b>			<b>515</b>	<b>23,9</b>	<b>23,48</b>	<b>82,74</b>	<b>601,47</b>	<b>74,00</b>
<b>Пятница</b>								
10 день	295 п	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,78	5,67	16,2	275	
Завтрак	94 п	Бутерброд с маслом	60	3,8	9,7	15,78	205,8	
	494 о	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>15,98</b>	<b>15,97</b>	<b>64,18</b>	<b>632,3</b>	<b>74,00</b>
<b>Суббота</b>								
11 день	253	Ромштекс с соусом	110	13,87	17,41	10,78	265,35	
Обед	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>25,92</b>	<b>24,26</b>	<b>94,3</b>	<b>714,2</b>	<b>74,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>3060</b>	<b>120,18</b>	<b>110,59</b>	<b>471,68</b>	<b>3661,77</b>	<b>444,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 