

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

Меню с 12 по 14 декабря 2022 г.

Сомилексное питание ДМР 12-18 лет. 100 руб				Пищевые-в-ва				
Приём , нищи	№ ре- цеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле- воды	Энергети- ческая ценность	Цена
		Понедельник						
2 нед .	113 *	Суп лапша домашняя	200	7,06	10,792	36,12	298,25	12,50
7 день	268 *	Котлеты, биточки, шницели	90	5,78	5,09	4,12	228,8	52,00
Обед	456 *	Соус красный	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
	199 м	Пюре из бобовых с маслом	100	6,98	3	9,23	138,45	8,50
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	10	0,66	0,12	2,28	14,4	3,40
	388 м	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,278	20,76	88,2	10,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	4,00
					4.1			
Amozo:			680	25	25	99,89	905,01	92,40
		Вторник					.c	
Aprei).	101 м	Суп картофельный с крупой гречневой	200	7,1	6,5	7,7	156,25	14,50
8 оень	54-27*	Капуста тушеная с мясом птицы	240	12,96	13,35	34,19	358,01	69,20
Odeo.	106 п	Овощи натуральные (помидор)	15	0,48	0,06	1,5	8,4	5,20
	509	Компот из яблок с лимоном	200	0,66	0,09	32,01	115,63	12,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	4,00
							united the second	(
								P <sub>art</sub>
	1000 1000 1000			(4)				
Amoro:			705	25	25	100	755,79	104,90
<b>*</b>	N Or	Среда				3-	4	E.
Lineo :	102 м	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	7,48	7,38	15,8	228,25	14,50
9 день	343 *	Рыба тушеная в томате совощами	80	2,48	5,25	7,7	221	42,50
	309 *	Макароны отварные с маслом	100	5,51	4,51	12,44	138,45	9,20
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	10.	0,66	0,12	2,28	14,4	3,40
	54-33-x	Напиток апельсиновый	200	0,3	0,1	17,2	71	11,60
\$ 1	*	Хлеб иод.1 с	50	1,9	2,5	12,3	58,75	4,00
	426 *	Булочка с повидлом обсыпная	50	4,72	1,92	17,2	86,08	7,60
Итога:			690	23,05	21,78	84,92	817,93	92,80

<sup>\*</sup> В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Гехнолог: Голоскокова С.В.\_





УТВЕРЖДАЮ ИЛ Косухин С.В. Косухин С.В.

Меню с 15 по 17 декабря 2022 г.

Комплексное питание ДМР 12-18 лет. 100 руб				Пищевые в-ва				
Приём пиши	№ ре- цеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле- воды	Энергети- ческая ценность	цена
2 нед.		Четверг	180			1		
10 день	82 *	Борщ с капустой и картофелем	200	7,1	6,5	7,7	301,75	20,50
Chee	297 *	Фрикадельки из кур	90	13,31	12,53	28,68	251,4	43,00
	456 *	Соус красный	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
	302 м	Каша гречневая рассыпчатая	100	0,06	0,09	10,64	203,75	12,00
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	15	0,48	0,06	1,5	8,4	5,20
	388	Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,1	24,1	98	10,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	4,00
Учного:			685	25	25	100	1000,21	96,70
e.ued .	No.	Пятница	10				* * **	e l
: ::0ens	101 м	Суп картофельный с крупой рисовой	200	7,22	6,456	15,32	115,4	15,00
9 Юбед	259 м	Жаркое по-домашнему	240	12,66	13,334	37,79	439,77	57,30
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	10	0,66	0,12	2,28	14,4	3,40
	349 м	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	20,01	172,63	8,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	4,00
	*	Вафля мягкая	40	6,3	6,8	4,4	162	25,00
	Vinite 1880							
Итого:			740	31,3	31,8	104,4	1021,7	113,20
2 ried .		Суббота						TOUR.
12 день	99 *	Суп из овощей	200	3,49	3,49	9,06	101	20,40
Obed	395	Сосиски отварные	130	11,57	11,22	34,42	276,55	50,00
<b>大陆</b> 经验1.1500000000000000000000000000000000000	456 *	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
	309 *	Макароны отварные с маслом	100	5,51	4,51	12,44	138,45	9,20
	112	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,00
	*	Хлеб иод.1 с	25	3,8	5	24,6	117,5	2,00
	*	Булочка школьная	60	4,5	7,8	36,2	233	11,40
						a ·	1 6 T 1 K	
ร์ฟุทอิรอ:			745	29,02	32,74	134,7	946,91	100,00
Итого за не <b>делю:</b>			4245	158,37	161,32	623,91	5447,55	600,00

В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог: Голоскокова С. В.