



**Льготное питание ДМР
с 02 по 07 февраля 2026 г.**

| Льготное питание 12-18 лет. | | | Пищевые в-ва | | | Энергетическая ценность | Цена |
|-----------------------------|-------------|--|---------------|---------------|---------------|-------------------------|----------------|
| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда гр. | бел-ки | жи-ры | | |
| Понедельник | | | | | | | |
| 1 нед. | 280 т* | Фрикадельки в соусе | 130 | 10,87 | 7,65 | 11,05 | 305,58 |
| 1 день | 309 т* | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,52 | 4,5 | 26,44 | 168,45 |
| Обед | 106 п | Овощи натуральные | 25 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 |
| | 54-2гн2020 | Чай чёрный байховый с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 |
| | * | Хлеб иод.1 с | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 |
| Итого: | | | 555 | 20,63 | 17,18 | 69,24 | 622,13 |
| Вторник | | | | | | | |
| 1 нед. | 292 т* | Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (фасоль) | 280 | 16,98 | 15,02 | 26,8 | 378,4 |
| 2 день | 106 п | Овощи натуральные | 25 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 |
| Обед | 494 п* | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 |
| | * | Хлеб иод.1 с | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 |
| Итого: | | | 555 | 21,12 | 20,05 | 67,35 | 561,1 |
| Среда | | | | | | | |
| 1 нед. | 274 т* | Зразы, рубленые с яйцом | 90 | 10,4 | 10,9 | 10 | 230 |
| 3 день | 456 п | Соус красный основной | 30 | 0,05 | 0,72 | 2,78 | 19,41 |
| Обед | 302 т* | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243,75 |
| | 106 п | Овощи натуральные | 25 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 |
| | 349 т* | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 115,63 |
| | * | Хлеб иод.1 с | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 |
| Итого: | | | 545 | 23,74 | 22,83 | 108,8 | 730,49 |
| Четверг | | | | | | | |
| 1 нед. | 461 о* | Рыба тушеная с овощами | 100 | 6,27 | 5,5 | 6,3 | 167,4 |
| 4 день | 312 т* | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,43 | 206,25 |
| Обед | 106 п | Овощи натуральные | 25 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 |
| | 54-2гн2020 | Чай чёрный байховый с сахаром | 200 | 0,2 | 0 | 6,4 | 26,4 |
| | * | Хлеб иод.1 с | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 |
| Итого: | | | 525 | 13,57 | 15,33 | 58,48 | 521,75 |
| Пятница | | | | | | | |
| 1 нед. | 260 т | Гуляш (свинина) | 100 | 12,81 | 9,03 | 24,45 | 265,9 |
| 5 день | 242 п* | Каша перловая, рассыпчатая | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,43 | 206,25 |
| Обед | 106 п | Овощи натуральные | 25 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 |
| | 494 п* | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 |
| | * | Хлеб иод.1 с | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 |
| Итого: | | | 525 | 20,01 | 18,86 | 85,43 | 654,85 |
| Суббота | | | | | | | |
| 1 нед. | 24м-20 | Шницель из курицы | 90 | 8,1 | 9,25 | 21,81 | 176,55 |
| 6 день | 456 п | Соус красный основной | 30 | 0,05 | 0,72 | 2,78 | 19,41 |
| Обед | 302 т* | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243,75 |
| | 106 п | Овощи натуральные | 25 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 |
| | 349 т* | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 115,63 |
| | * | Хлеб иод.1 с | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 |
| Итого: | | | 545 | 21,44 | 21,18 | 120,59 | 677,04 |
| Итого за неделю: | | | 3250 | 120,51 | 115,43 | 509,89 | 3767,36 |

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голосокова С. В.