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

Льготное питание ДМР
с 04 по 08 марта 2024 г.

Льготное питание 12-18 лет.				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	углеводы		
1 нед .	294 т	Котлеты, биточки рубленные из птицы или к	90	15,7	15,08	14,65	257,4	
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,43	0,12	2,77	19,41	
Обед	309 м	Макаронные изделия отварные	150	5,55	4,51	26,44	168,45	
	115 п	Икра кабачковая	15	0,19	0,88	0,76	11,89	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	
Итого:			**510**	**23,87**	**20,79**	**71,92**	**575,9**	**100,00**
		Вторник						
1 нед .	80/331	Фрикадельки в соусе	140	10,82	25,76	15,08	339,88	
2 день	312 м	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,4	137,25	
Обед	306 т	Бобовые отварные (Горошек зеленый консер	10	0,28	2,72	5,78	59,2	
	494 п	Чай с лимоном	200	1,4	3,8	3,7	55	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	
Итого:			**525**	**17,46**	**37,28**	**57,26**	**650,08**	**100,00**
		Среда						
1 нед .	599 о	Фрикасе из курицы	150	13,79	18,15	7,33	247,8	
3 день	302 м	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
	463 п	Маринад овощной с томатом	30	0,39	1,81	1,79	25,1	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	
Итого:			**555**	**24,83**	**26,41**	**87,94**	**690**	**100,00**
1 нед .		***Четверг***						
4 день	265 т	Плов (свинина)	280	23,55	52,58	48,32	761,6	
Обед	107 п	Овощи натуральные соленые	20	0,16	0,02	0,5	2,8	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	
Итого:			**525**	**25,71**	**52,8**	**76,12**	**883,15**	**100,00**
1 нед .		***Пятница***						
5 день	372 л	Рыба по - русски	120	19,49	13,5	7,69	229,48	
Обед	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	137,25	
	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,33	2,71	2,22	34,75	
	494 п	Чай с лимоном	200	1,4	3,8	3,7	55	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	
	112 п	Плоды свежие	150	0,6	0,6	14,7	70,5	
Итого:			**675**	**26,78**	**25,61**	**61,04**	**585,73**	**100,00**
1 нед .		***Суббота***						
6 день	580 о	Гуляш из мяса птицы	100	11,32	11,24	3,41	159,23	
Обед	242 п	Каша перловая, рассыпчатая	150	6,88	10,09	47,21	209,25	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	
	1013 о	Плюшка «Московская	100	3,5	3,7	21	131	
Итого:			**575**	**23,76**	**25,39**	**111,8**	**672,83**	**100,00**
Итого за неделю:			**2840**	**116,7**	**135,48**	**389,96**	**3174,54**	**600,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____