



## Льготное питание ДМС 12-18 лет с 10 по 15 марта 2025 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
2 нед .	605 о *	« Ёжики » куриные	100	19,72	11,46	16,72	264,32	
7 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	100	9,35	0,8	22,08	162,17	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого за день:</b>			<b>425</b>	<b>31,07</b>	<b>14,76</b>	<b>66,1</b>	<b>545,24</b>	<b>78,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед .	259 т *	Жаркое по-домашнему	240	13,8	14,4	25,9	348	
8 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого за день:</b>			<b>465</b>	<b>15,8</b>	<b>16,9</b>	<b>53,2</b>	<b>466,75</b>	<b>78,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед .	255 т *	Печень по – Строгоновски .	100	6,44	6,5	14,7	112,33	
9 день	309 *	Макаронные изделия отварные	100	3,68	3	17,63	112,3	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого за день:</b>			<b>425</b>	<b>12,12</b>	<b>12</b>	<b>59,63</b>	<b>343,38</b>	<b>78,00</b>
<b>Четверг</b>								
10 день	599 о *	Фрикасе из курицы	100	9,19	12,1	4,88	165,2	
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	8,59	6,09	38,64	243,75	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого:</b>			<b>425</b>	<b>19,78</b>	<b>20,69</b>	<b>70,82</b>	<b>527,7</b>	<b>78,00</b>
<b>Пятница</b>								
11 день	265 т *	Плов	240	20,19	45,07	41,42	652,8	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого за день:</b>			<b>465</b>	<b>22,19</b>	<b>47,57</b>	<b>68,72</b>	<b>771,55</b>	<b>78,00</b>
<b>Суббота</b>								
2 нед .	294 т *	Котлеты, биточки, рубленые из птицы	60	2,84	4,08	11,32	76,2	
12 день	456 п	Соус красный основной	30	0,43	0,72	2,78	19,41	
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	100	3,68	3	17,63	112,3	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого:</b>			<b>415</b>	<b>8,95</b>	<b>10,3</b>	<b>59,03</b>	<b>326,66</b>	<b>78,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.