



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		
Понедельник								
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	
Итого за день:			425	31,07	14,76	66,1	545,24	78,00
Вторник								
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	
Итого за день:			465	15,8	16,9	53,2	466,75	78,00
Среда								
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	
Итого за день:			425	12,12	12	59,63	343,38	78,00
Четверг								
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	
Итого:			425	19,78	20,69	70,82	527,7	78,00
Пятница								
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	
Итого за день:			465	22,19	47,57	68,72	771,55	78,00
Суббота								
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	
Итого:			415	8,95	10,3	59,03	326,66	78,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.