



**Льготное питание ДМС 12-18 лет
с 13 по 17 января 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 .	274 т *	Зразы, рубленые с яйцом	60	4,41	11,37	12,05	172,65	
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:			385	15,76	14,67	61,43	453,57	75,00
Вторник								
2 нед .	407 п *	Рагу из птицы	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	75,00
Среда								
2 нед .	121 к	Борщ «Сибирский»	200	3,55	5,11	14,16	127,75	
9 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого за день:			450	7,45	10,11	53,76	305,25	75,00
Четверг								
10 день	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	312 т	Пюре картофельное	100	3,06	4,8	20,43	206,25	
	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:			445	16,91	15,32	67,01	569,81	75,00
Пятница								
11 день	452 о *	Рыба , запеченная с томатами (горбуша)	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
Обед	304 т	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
	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	16,75	11,68	56	380,65	75,00
Суббота								
2 нед .	236 о	Суп Бразильский	200	2,84	4,08	11,32	76,2	
12 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			450	6,74	9,08	50,92	253,7	75,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____