



УТВЕРЖДАЮ

И.И. Косухин С.В.

Косухин С.В.

Льготное питание ДМС 12-18 лет.
с 26 по 30 января 2026 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*	Фрикадельки из кур в соусе	100	6,62	17,06	18,08	258,98	
7 день	199 м*	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12	243,25	
Обед	106 п	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	54-2гн2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого за день:			560	25,13	23,33	83,7	654,53	86,00
		Вторник						
2 нед.	115 т*	Суп - лапша домашняя	200	1,76	2,36	11,76	175,48	
8 день	106 п	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
Обед	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого за день:			460	2,34	2,42	28,46	244,88	86,00
		Среда						
2 нед.	465 л*	Тефтели из печени и риса с соусом	90	11,6	11,7	26,4	202,2	
9 день	309 т*	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
Обед	106 п	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	349 м*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63	
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого за день:			550	22,06	21,35	110,95	612,18	86,00
		Четверг						
2 нед.	96 т*	Рассольник «Ленинградский»	200	2,57	5,54	11,62	115,75	
10 день	106 п	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
Обед	гн2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			510	7,05	10,6	44,12	268,05	86,00
		Пятница						
2 нед.	263 т	Рагу из свинины	240	12,32	5,6	4,25	122,1	
11 день	106 п	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
Обед	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого за день:			550	16,7	10,66	45,55	309	86,00
		Суббота						
2 нед.	146 о	Суп харчо	200	2,5	7,4	13,03	240	
12 день	106 п	Овощи натуральные	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
Обед	гн2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	
	*	Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			510	6,98	12,46	45,53	392,3	86,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 