



**Льготное питание ДМС 12-18 лет
с 03 по 08 марта 2025 г.**

| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда гр. | Пищевые в-ва | | | Энергетическая ценность | цена |
|-----------------------|-------------|------------------------------------|---------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------|--------------|
| | | | | бел-ки | жи-ры | угле-воды | | |
| Понедельник | | | | | | | | |
| 1 нед. | 285 т* | Макаронник с мясом | 240 | 30,42 | 42,44 | 35,45 | 470,25 | |
| 1 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 | 32,42 | 44,94 | 62,75 | 589 | 78,00 |
| Вторник | | | | | | | | |
| 1 нед. | 407 п* | Рагу из птицы | 240 | 13,8 | 14,4 | 25,9 | 348 | |
| 2 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 | | | | | | | | |
| 1 нед. | 279 т* | Тефтели | 110 | 6,96 | 16,11 | 11,61 | 223 | |
| 3 день | 302 т | Каша гречневая рассыпчатая | 100 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | |
| 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: | | | 435 | 17,55 | 24,7 | 77,55 | 585,5 | 78,00 |
| Четверг | | | | | | | | |
| 4 день | 334 п* | Рыба , тушенная в томате с овощами | 100 | 15,8 | 7,3 | 5,5 | 159,84 | |
| 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: | | | 425 | 20,23 | 13,38 | 57,25 | 418,39 | 78,00 |
| Пятница | | | | | | | | |
| 1 нед. | | | | | | | | |
| 5 день | 80/331 т | Фрикадельки в соусе | 105 | 12,81 | 9,03 | 24,45 | 265,9 | |
| Обед | 309 * | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,52 | 4,5 | 26,44 | 168,45 | |
| | 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: | | | 480 | 20,33 | 16,03 | 78,19 | 553,1 | 78,00 |
| Суббота | | | | | | | | |
| 1 нед. | 599 о* | Курица в сырном соусе | 100 | 7,38 | 5,78 | 12,84 | 133 | |
| 6 день | 302 т | Каша гречневая рассыпчатая | 100 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | |
| 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: | | | 425 | 17,97 | 14,37 | 78,78 | 495,5 | 78,00 |

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 