



УТВЕРЖДАЮ  
ИИ Косухин С.В.  
Косухин С.В.

**Льготное питание ДМС 12-18 лет  
с 06 по 10 января 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>								
1 нед .	454 л	Котлеты по - хлыновски	50	6,04	4,25	6,14	169,8	
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	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 за день:</b>			<b>405</b>	<b>11,77</b>	<b>10,47</b>	<b>53,85</b>	<b>420,26</b>	<b>75,00</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед .	292 т	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек)	240	16,98	15,02	26,8	378,4	
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	
<b>Итого за день:</b>			<b>465</b>	<b>18,98</b>	<b>17,52</b>	<b>54,1</b>	<b>497,15</b>	<b>75,00</b>
<b>Среда</b>								
1 нед .	142 п *	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,67	4,29	17,43	124,83	
3 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	
<b>Итого за день:</b>			<b>450</b>	<b>5,57</b>	<b>9,29</b>	<b>57,03</b>	<b>302,33</b>	<b>75,00</b>
<b>Четверг</b>								
4 день	265 т	Плов ( свинина )	240	16,1	16,2	49,9	454,05	
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:</b>			<b>465</b>	<b>18,1</b>	<b>18,7</b>	<b>77,2</b>	<b>572,8</b>	<b>75,00</b>
<b>Пятница</b>								
5 день	261 т *	Печень,тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	312 т *	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	137,5	
	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>16,85</b>	<b>14,73</b>	<b>65,37</b>	<b>522,15</b>	<b>75,00</b>
<b>Суббота</b>								
1нед .	153 п *	Суп картофельный с рыбными консервами	200	7,38	5,78	12,84	133	
6 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	
<b>Итого:</b>			<b>450</b>	<b>11,28</b>	<b>10,78</b>	<b>52,44</b>	<b>310,5</b>	<b>75,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. \_\_\_\_\_