



УТВЕРЖДАЮ
ИП Косухин С.В.
Косухин С.В.



**Льготный завтрак ДМС 12-18 лет.
с 08 по 12 апреля 2024 г.**

Приём пищи	№ рецеп-	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
2 нед .	297т/ 456 п	Фрикадельки из кур с соусом	140	13,06	16,64	33,93	277,15	
7 день	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,5	45,25	
Итого:			515	23,4	23,03	96,07	626,15	74,00
Вторник								
2 нед .	182 т	Каша, жидкая молочная из рисовой крупы	200	5,1	3,72	23,42	251	
8 день	90 п	Бутерброд с сыром	60	5,36	7,6	7,92	122,4	
Завтрак	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого:			510	13,86	11,92	63,54	524,9	74,00
Среда								
2 нед .	255 т	Печень по – Строгоновски	100	9,26	5,23	12,52	185	
9 день	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	25,43	206,25	
Завтрак	495 п	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого:			500	17,12	11,93	70,85	562,75	74,00
Четверг								
10 день	299к/ 456 п	Ёжики мясные с соусом	140	16,64	18,67	32,8	327,77	
Завтрак	309 т	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,5	45,25	
Итого:			515	23,9	23,48	82,74	601,47	74,00
Пятница								
2 нед .								
10 день	295 п	Макаронные изделия отварные с сыром	200	8,78	5,67	16,2	275	
Завтрак	94 п	Бутерброд с маслом	60	3,8	9,7	15,78	205,8	
	494 о	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого:			510	15,98	15,97	64,18	632,3	74,00
Суббота								
2 нед .								
11 день	253	Ромштекс с соусом	110	13,87	17,41	10,78	265,35	
Обед	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого:			510	25,92	24,26	94,3	714,2	74,00
Итого за неделю:			3060	120,18	110,59	471,68	3661,77	444,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 