



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

**Льготное питание ДМС 12-18 лет .
с 09 по 14 сентября 2024 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	90	6,62	17,06	18,08	258,98	
7 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	100	14,03	1,21	33,12		
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:			415	22,65	20,77	78,5	377,73	74,00
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	74,00
Среда								
2 нед .	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	
9 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	
Обед	309 т	Макаронные изделия отварные *	100	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:			445	19,17	19,42	80,92	508,81	74,00
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	74,00
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	3,64	5,37	36,67	209,7	
	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	17,96	13,47	68,22	450,55	74,00
Суббота								
2 нед .	579 о	Соус «Альфредо» *	100	2,5	7,4	13,03	240	
12 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	13,09	15,99	78,97	602,5	74,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____