



Меню № 2 с 12 по 14 декабря 2022 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
		Понедельник						
2 нед.	268 *	Котлеты, биточки, шницели	90	8,74	13,41	12,65	258,52	52,00
1 день	456 *	Соус красный	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
Обед	199 м	Пюре из бобовых с маслом	100	6,98	3	9,23	138,45	8,50
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	10	0,66	0,12	2,28	14,4	3,40
	388 м	Напиток из плодов шиповника	200	0,67	0,278	20,76	88,2	10,00
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			455	19	20,028	60	577,73	77,90
		Вторник						
2 нед.	54-27*	Капуста тушеная с мясом птицы	240	12,96	13,35	34,19	358,01	69,20
2 день	106 п	Овощи натуральные (помидор)	15	0,48	0,06	1,5	8,4	5,20
Обед	509	Компот из яблок с лимоном	200	0,66	0,09	32,01	115,63	12,00
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			480	16	16	80	540,79	88,40
		Среда						
2 нед.	343 *	Рыба тушеная в томате со овощами	80	2,48	5,25	7,7	221	42,50
2 день	309 *	Макароны отварные с маслом	100	5,51	4,51	12,44	138,45	9,20
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	10	0,66	0,12	2,28	14,4	3,40
	54-33-хн	Напиток апельсиновый	200	0,3	0,1	17,2	71	11,60
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	3,60
	574 *	Языки слоеные	50	5,1	2,8	25,3	187	17,70
Итого:			465	15,95	15,28	77,22	690,6	88,00

В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог: Голоскокова С. В.



УТВЕРЖДАЮ
И.П. Косухин С.В.
Косухин С.В.

Меню № 2 с 15 по 17 декабря 2022 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Пищевые в-ва				Энергетическая ценность	цена
			Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
2 нед.		Четверг						
Завтрак	297 *	Фрикадельки из кур	90	13,31	12,53	28,68	251,4	43,00
Обед	456 *	Соус красный	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
	302 м	Каша гречневая рассыпчатая	100	0,06	0,09	10,64	203,75	12,30
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	15	0,48	0,06	1,5	8,4	5,20
	388	Напиток из плодов шиповника	200	0,2	0,1	24,1	98	10,00
	*	Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			460	16	16	80	639,71	74,50
2 нед.		Пятница						
Завтрак	259 м	Жаркое по-домашнему	240	12,66	13,334	37,79	439,77	57,30
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	10	0,66	0,12	2,28	14,4	3,40
	349 м	Компот из смеси сухофруктов	200	0,78	0,046	27,63	114,8	8,50
	*	Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			475	16	16	80	627,72	71,20
2 нед.		Суббота						
Завтрак	395	Сосиски отварные	130	11,57	11,22	34,42	276,55	50,00
	456 *	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
Обед	309 *	Макароны отварные с маслом	100	1,5	1,3	15,9	81	9,20
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	25	0,48	0,06	1,5	8,4	9,20
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,5	0,2	13,1	96	7,60
	*	Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			510	16	16	80	540,11	80,00
Итого за неделю:			2845	98,95	99,308	457,22	3616,66	480,00

В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог: Голоскокова С. В. 