



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

Меню № 2
с 15 по 20 апреля 2024 г.

Платное питание 12-18 лет. 90 руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед .	294 т	Котлеты, биточки рубленые из птицы или к	90	15,7	15,08	14,65	257,4	57,00
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,43	0,12	2,77	19,41	2,00
Обед	309 м	Макаронные изделия отварные	150	5,55	4,51	26,44	168,45	14,00
	115 п	Икра кабачковая	15	0,19	0,88	0,76	11,89	6,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	3,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
Итого:			510	23,87	20,79	71,92	575,9	84,00
Вторник								
1 нед .	80/331	Фрикадельки в соусе	140	10,82	25,76	15,08	339,88	62,00
2 день	312 м	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,4	137,25	18,50
Обед	306 т	Бобовые отварные (Горошек зеленый консер	10	0,28	2,72	5,78	59,2	6,00
	494 п	Чай с лимоном	200	1,4	3,8	3,7	55	5,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
Итого:			525	17,46	37,28	57,26	650,08	93,50
Среда								
1 нед .	599 о	Фрикасе из курицы	150	13,79	18,15	7,33	247,8	74,00
3 день	302 м	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	14,00
	463 п	Маринад овощной с томатом	30	0,39	1,81	1,79	25,1	4,00
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	7,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
Итого:			555	24,83	26,41	87,94	690	101,00
Четверг								
1 нед .								
4 день	265 т	Плов (свинина)	280	23,55	52,58	48,32	761,6	80,00
Обед	107 п	Овощи натуральные соленые	20	0,16	0,02	0,5	2,8	7,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	3,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
Итого:			525	25,71	52,8	76,12	883,15	92,00
Пятница								
1 нед .								
5 день	372 л	Рыба по - русски	120	19,49	13,5	7,69	229,48	50,00
Обед	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	137,25	18,50
	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,33	2,71	2,22	34,75	4,00
	494 п	Чай с лимоном	200	1,4	3,8	3,7	55	5,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
Итого:			525	26,18	25,01	46,34	515,23	79,50
Суббота								
1 нед .								
6 день	580 о	Гуляш из мяса птицы	100	11,32	11,24	3,41	159,23	62,00
Обед	242 п	Каша перловая, рассыпчатая	150	6,88	10,09	47,21	209,25	12,50
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	7,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
	1013 о	Плюшка «Московская»	50	3,5	3,7	21	131	6,50
Итого:			525	23,76	25,39	111,8	672,83	90,00
Итого за неделю:			3165	141,81	187,68	451,38	3987,19	540,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 