



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

Меню № 2 с 20 по 25 января 2025 г.

Платное питание 12-18 лет. 105 руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	454 л	Котлеты по - хлыновски	90	10,87	7,65	11,05	305,58	58,00
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,50
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	20,00
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	3,50
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			520	20,34	17,87	79,87	670,94	90,00
Вторник								
1 нед.	292 т *	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек)	240	16,98	15,02	26,8	378,4	95,00
2 день	м. прои	Кондитерское изделие	20	0,56	0,66	15,5	70	12,00
Обед	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			510	21,44	20,68	82,1	626,9	118,50
Среда								
1 нед.	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	100	10,4	10,9	10	230	84,00
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,50
	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	16,60
	342 т *	Компот из свежих плодов или ягод	200	1,5	0,3	15,9	108	7,40
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			530	24,34	23,01	91,92	718,66	116,50
Четверг								
1 нед.		Плов (свинина)	240	16,1	16,2	49,9	454,05	71,00
4 день	265 т	Кондитерское изделие	20	0,56	0,66	15,5	70	13,00
Обед	м. прои	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	3,50
	493 п *	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			510	20,56	21,86	105	701,55	93,50
Пятница								
1 нед.		Печень,тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	56,00
5 день	261 т *	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	39,00
Обед	312 т *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,50
	494 п *	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			500	19,77	18,83	84,68	650,65	106,50
Суббота								
1 нед.		Курица тушенная с морковью	100	8,1	9,25	21,81	176,55	65,00
6 день	2020	Каша перловая, рассыпчатая	150	5,51	4,51	12,44	138,45	17,00
Обед	242 п	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	6,00
	349 т	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
	*	Булочка домашняя	100	7,5	13	58	368,8	11,00
Итого:			600	25,57	31,85	148,86	934,1	105,00
Итого за неделю:			3170	132,02	134,1	592,43	4302,8	630,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.