



**Меню № 2**  
**с 23 по 28 сентября 2024**

Платное питание 12-18 лет. 95 руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	274 т	Зразы, рубленые с яйцом *	90	6,62	17,06	18,08	258,98	56,00
7 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12		15,20
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	6,80
	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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>24,71</b>	<b>23,29</b>	<b>91,3</b>	<b>439,28</b>	<b>86,50</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	54,50
8 день	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>18,03</b>	<b>20</b>	<b>66,84</b>	<b>533,7</b>	<b>77,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	60,00
9 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	18,60
	309 т	Макаронные изделия отварные *	150	5,52	4,5	26,44	168,45	2,00
	54-4хз нп	Перец болгарский в нарезке	20	0,39	0,05	1,47	7,71	12,00
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод*	200	1,5	0,3	15,9	108	7,50
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
<b>Итого:</b>			<b>540</b>	<b>22,86</b>	<b>22,27</b>	<b>95,59</b>	<b>623,27</b>	<b>105,10</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед.								
10 день	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	51,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	22,60
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	12,00
	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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>19,14</b>	<b>18,42</b>	<b>80,45</b>	<b>635,76</b>	<b>96,10</b>
<b>Пятница</b>								
2 нед.								
5 день	452 о	Рыба , запеченная с томатами (горбуша)*	100	12,32	5,6	4,25	122,1	69,00
Обед	304 т	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	209,7	24,00
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	6,80
	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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>20,02</b>	<b>15,99</b>	<b>81,22</b>	<b>513,1</b>	<b>110,30</b>
<b>Суббота</b>								
2 нед.								
12 день	579 о	Соус «Альфредо» *	100	10,66	10,334	18,8	139,77	67,00
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	17,50
	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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>23,15</b>	<b>21,424</b>	<b>97,24</b>	<b>562,02</b>	<b>95,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>3140</b>	<b>127,91</b>	<b>121,39</b>	<b>512,64</b>	<b>3307,13</b>	<b>570,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 