



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

Меню № 2  
с 24 февраля по 01 марта 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     |                         |               |
| <b>Понедельник</b>                 |             |                                       |               |               |               |               |                         |               |
| 2 нед.                             | 274 т *     | Зразы, рубленые с яйцом               | 90            | 6,62          | 17,06         | 18,08         | 258,98                  | 53,80         |
| 7 день                             | 199 м       | Пюре из бобовых с маслом (горох)      | 150           | 14,03         | 1,21          | 33,12         |                         | 16,50         |
| Обед                               | 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          |
| <b>Итого:</b>                      |             |                                       | <b>490</b>    | <b>24,55</b>  | <b>23,27</b>  | <b>90,8</b>   | <b>436,48</b>           | <b>79,80</b>  |
| <b>Вторник</b>                     |             |                                       |               |               |               |               |                         |               |
| 2 нед.                             | 407 п *     | Рагу из птицы                         | 240           | 13,8          | 14,4          | 25,9          | 348                     | 71,40         |
| 8 день                             | м. прог     | Кондитерское изделие                  | 40            | 1,12          | 1,32          | 31            | 140                     | 25,00         |
| 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          |
| <b>Итого:</b>                      |             |                                       | <b>530</b>    | <b>18,82</b>  | <b>20,72</b>  | <b>96,7</b>   | <b>666,5</b>            | <b>107,90</b> |
| <b>Среда</b>                       |             |                                       |               |               |               |               |                         |               |
| 2 нед.                             | 268 т       | Котлеты, биточки, шницели             | 90            | 11,6          | 11,7          | 26,4          | 202,2                   | 55,00         |
| 9 день                             | 456 п       | Соус красный основной                 | 30            | 0,05          | 0,72          | 0,78          | 19,41                   | 20,00         |
|                                    | 309 т *     | Макаронные изделия отварные           | 150           | 5,52          | 4,5           | 26,44         | 168,45                  | 2,50          |
|                                    | 342 м *     | 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          |
| <b>Итого:</b>                      |             |                                       | <b>520</b>    | <b>22,47</b>  | <b>22,22</b>  | <b>94,12</b>  | <b>615,56</b>           | <b>90,90</b>  |
| <b>Четверг</b>                     |             |                                       |               |               |               |               |                         |               |
| 2 нед.                             |             | Голубцы ленивые                       | 90            | 11,8          | 7,3           | 16,5          | 225,4                   | 67,40         |
| 10 день                            | 372 п       | Соус красный основной                 | 30            | 0,05          | 0,72          | 2,78          | 19,41                   | 2,50          |
| Обед                               | 456 п       | Пюре картофельное                     | 150           | 3,06          | 4,8           | 20,43         | 206,25                  | 30,00         |
|                                    | 312 т *     | 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          |
| <b>Итого:</b>                      |             |                                       | <b>520</b>    | <b>18,81</b>  | <b>17,82</b>  | <b>79,31</b>  | <b>628,56</b>           | <b>109,40</b> |
| <b>Пятница</b>                     |             |                                       |               |               |               |               |                         |               |
| 2 нед.                             |             | Рыба, запеченная с томатами (горбуша) | 100           | 12,32         | 5,6           | 4,25          | 122,1                   | 99,50         |
| 5 день                             | 452 о *     | Рис отварной                          | 150           | 3,64          | 5,37          | 36,67         | 209,7                   | 26,00         |
| Обед                               | 304 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          |
| <b>Итого:</b>                      |             |                                       | <b>500</b>    | <b>19,86</b>  | <b>15,97</b>  | <b>80,72</b>  | <b>510,3</b>            | <b>137,00</b> |
| <b>Суббота</b>                     |             |                                       |               |               |               |               |                         |               |
| 2 нед.                             |             | Соус «Альфредо»                       | 100           | 10,66         | 10,334        | 18,8          | 139,77                  | 71,80         |
| 12 день                            | 579 о       | Каша гречневая рассыпчатая            | 150           | 8,59          | 6,09          | 38,64         | 243,75                  | 11,70         |
| Обед                               | 302 т       | Чай с лимоном                         | 200           | 0,1           |               | 15,2          | 61                      | 3,50          |
|                                    | 494 п       | Хлеб иод.1 с                          | 50            | 3,8           | 5             | 24,6          | 117,5                   | 3,00          |
|                                    | 426 т *     | Булочка с повидлом обсыпная           | 75            | 4,95          | 10,77         | 30,84         | 240                     | 15,00         |
| <b>Итого:</b>                      |             |                                       | <b>575</b>    | <b>28,1</b>   | <b>32,194</b> | <b>128,08</b> | <b>802,02</b>           | <b>105,00</b> |
| <b>Итого за неделю:</b>            |             |                                       | <b>3135</b>   | <b>132,61</b> | <b>132,19</b> | <b>569,73</b> | <b>3659,42</b>          | <b>630,00</b> |

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. \_\_\_\_\_