



**Меню № 2**  
**с 26 по 31 января 2026 г.**

Платное питание 12-18 лет. 115 руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ ре- цеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле- воды		
		<b>Понедельник</b>						
2 нед .	274 т*	Фрикадельки из кур	90	6,62	17,06	18,08	258,98	65,00
6 день	199 м*	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12		17,00
Обед	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
	54-2гн2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	2,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			515	24,89	23,3	82,95	407,08	101,90
		<b>Вторник</b>						
2 нед .	265 п	Плов ( свинина )	280	13,8	14,4	25,9	348	96,40
7 день	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
Обед	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	6,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			555	17,94	19,43	66,45	530,7	120,30
		<b>Среда</b>						
2 нед .	465 л*	Тефтели из печени и риса с соусом	110	11,6	11,7	26,4	202,2	64,20
8 день	309 т*	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	18,00
Обед	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
	349 т*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63	7,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			535	21,82	21,32	110,2	607,98	106,60
		<b>Четверг</b>						
2 нед .	405 п*	Курица в соусе с томатом	120	11,8	7,3	16,5	225,4	70,40
9 день	302 т*	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	16,00
Обед	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
	54-2гн2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4	2,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			545	24,63	18,42	86,89	617,25	106,30
		<b>Пятница</b>						
2 нед .	263 т	Рагу из свинины	280	12,32	5,6	4,25	122,1	116,00
10 день	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2	11,40
Обед	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	6,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			555	16,46	10,63	44,8	304,8	139,90
		<b>Суббота</b>						
2 нед .	614 о*	Бифштекс нежность	90	10,66	10,334	18,8	139,77	82,00
12 день	309 т*	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	18,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
	349 т*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63	7,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			520	20,69	20,644	104,63	560,76	115,00
Итого за неделю:			3225	126,43	113,74	495,92	3028,57	690,00

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 