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

Меню № 2
с 26 февраля по 01 марта 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	углеводы		
		Понедельник						
2 нед .	605 о	« Ёжики » куриные	90	5,94	15,28	11,52	108,01	54,00
7 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	9,74	0,96	19,37	116,4	11,20
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,48	0,06	1,5	8,4	7,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	3,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			**485**	**18,16**	**18,8**	**59,69**	**351,56**	**77,20**
		Вторник						
2 нед .	260 м	Гуляш (свинина	90	7,73	9,22	26,78	228,8	52,00
8 день	309	Макароны отварные с маслом	150	5,51	4,51	12,44	138,45	13,00
Обед	106 п	Овощи натуральные (помидор)	20	0,66	0,12	2,28	14,4	7,00
	494	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			**485**	**15,9**	**16,35**	**69**	**501,4**	**79,00**
		Среда						
2 нед .	399	Оладьи из печени по – кунцевски	90	11,63	11,12	3,2	290,6	49,10
9 день	312	Пюре картофельное	150	2,04	3,2	13,62	91,5	17,00
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,48	0,06	1,5	8,4	7,00
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,3	0,1	17,2	71	6,50
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			**485**	**16,35**	**16,98**	**47,82**	**520,25**	**81,60**
2 нед .		***Четверг***						
10 день	562	Жульен из курицы с орехами	100	9,46	15,06	31,23	170,81	86,40
Обед	302 м	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,05	1,01	2,36	100,65	14,30
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	20	0,66	0,12	2,28	14,4	7,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	3,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			**495**	**18,17**	**18,69**	**63,17**	**404,61**	**112,70**
2 нед .		***Пятница***						
5 день	259 м	Жаркое по-домашнему	280	15,12	15,34	40,3	239,77	89,00
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	10	0,48	0,06	1,5	8,4	3,50
	494	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,00
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			**515**	**17,6**	**17,9**	**69,3**	**367,92**	**99,50**
2 нед .		***Суббота***						
12 день	405 п	Курица в соусе с томатом	120	10,66	10,334	18,8	139,77	66,00
Обед	381 о	Ризотто	100	5,43	5,58	22,12	139,8	15,50
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,3	0,1	17,2	71	6,50
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	2,00
Итого:			**445**	**18,29**	**18,514**	**70,42**	**409,32**	**90,00**
Итого за неделю:			**2910**	**104,47**	**107,23**	**379,4**	**2555,06**	**540,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____