



УТВЕРЖДАЮ
И.И. Косухин С.В.
Косухин С.В.

Меню № 2
с 09 по 14 сентября 2024 г.

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		
Понедельник								
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
Итого:			510	24,71	23,29	91,3	439,28	86,50
Вторник								
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
Итого:			520	18,03	20	66,84	533,7	77,00
Среда								
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 н	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
Итого:			540	22,86	22,27	95,59	623,27	105,10
Четверг								
2 нед.	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
Итого:			550	19,14	18,42	80,45	635,76	96,10
Пятница								
2 нед.	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
Итого:			520	20,02	15,99	81,22	513,1	110,30
Суббота								
2 нед.	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
Итого:			500	23,15	21,424	97,24	562,02	95,00
Итого за неделю:			3140	127,91	121,39	512,64	3307,13	570,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции