

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

## Меню № 3 с 11 по 15 марта 2024 г.

| Платое питание 12-18 лет. 110 руб Пищевые в-ва |           |   |           |              |        |        |           |         |
|--|-----------|---|-----------|--------------|--------|--------|-----------|---------|
| Платое питание 12-18 лет. 110 руо  П № ре-     |           |   | Bec       | тищевые в-ва |        |        | Энергети- |         |
| Приём  |           | Hamisananana Saraga                                   |           | 507 1411     | Neu pu | угле-  | ческая    | Цена    |
| пищи   | цеп-      | Наименование блюда                                    | блюда     | бел-ки       | жи-ры  | воды   | ценность  |         |
|  | туры      | Tr.   | гр.       |              |        |        |           |         |
| 2  | 152 =     | Понедельник   | 200       | 5,2          | 1,97   | 11,5   | 84,6      | 18,50   |
| 2 нед.   |           | Уха с крупой (горбуша)<br>Фрикадельки из кур          | 90        | 12,34        | 18,43  | 7,3    | 244,8     | 55,00   |
| 2 нед.   |           | Соус красный основной                                 | 30        | 0,43         | 0,72   | 2,78   | 19,41     | 2,00    |
| 7 день   |           | Каша рассыпчатая гречневая                            | 150       | 8,59         | 6,09   | 38,64  | 243,75    | 14,00   |
| Обед   |           | Бобовые отварные (Горошек зеленый консер              | 10        | 0,28         | 0,26   | 0,58   | 5,93      | 6,00    |
|  |           | Чай с сахаром, вареньем, мёдом                        | 200       | 0,20         | 0,20   | 15     | 60        | 3,00    |
|  | 473 11    | Хлеб иод.1 с  | 50        | 3,8          | 0,4    | 24,6   | 117,5     | 4,00    |
| M  |           | Алео иод.1 с  | 730       | 30,74        | 27,87  | 100,4  | 775,99    | 102,50  |
| Итого:   |           | Вторник   | 750       | 20,74        | 27,07  | 100,1  | 770,55    | 102,00  |
| 2  | 99 т      | Суп из овощей   | 200       | 1,26         | 3,98   | 7,3    | 76,2      | 19,00   |
| 2 нед.   |           | Котлеты по - хлыновски                                | 90        | 10,87        | 23,65  | 11,05  | 305,58    | 52,50   |
| 2 нед .<br>8 день                              |           | Пюре из бобовых с маслом (горох)                      | 150       | 13,63        | 6,85   | 35,03  | 255       | 11,00   |
|  |           | Маринад овощной со свеклой                            | 30        | 0,22         | 1,81   | 1,48   | 23,17     | 4,00    |
| Обед   |           | Чай с лимоном   | 200       | 1,4          | 3,8    | 3,7    | 55        | 5,00    |
|  | 777 11    | Хлеб иод.1 с  | 50        | 3,8          | 0,4    | 24,6   | 117,5     | 4,00    |
|  | 938.0     | Маффин шоколадный                                     | 50        | 2            | 9,86   | 26,66  | 203,33    | 17,00   |
| Итого:   | 7300      | тиаффин шоколадный                                    | 770       | 33,18        | 50,35  | 109,82 | 1035,78   | 112,50  |
|  | T         | Среда   | 770       | 00,10        | 20,00  | 107,02 | 1000,70   | 112,00  |
| 2 нед .<br>9 день                              | 2260      |   | 150       | 2,84         | 4,08   | 11,32  | 76,2      | 18,00   |
|  |           | Суп Бразильский                                       | 125       | 16,57        | 14,03  | 4,4    | 231,25    | 65,00   |
| Обед   |           | Печень по – Строгоновски                              | 150       | 3,06         | 4,8    |        | 137,25    | 18,50   |
|  |           | Пюре картофельное                                     | 150       |              | 1,32   | 20,43  | 17,83     | 6,00    |
|  |           | Икра кабачковая                                       |           | 0,28         | 0,16   | 27,88  | 114,6     | 13,00   |
|  | 348 т     | Компот из плодов и ягод сушёных (курага) Хлеб иод.1 с | 200<br>50 | 0,16         | 0,16   | 24,6   | 117,5     | 4,00    |
| Итого:   |           |   | 690       | 26,71        | 24,79  | 89,77  | 694,63    | 124,50  |
| 2 нед .  | 1         | Четверг   | 070       | 20,71        | 21,77  | 0,,,,  | 0>1,00    | 12 1,00 |
| 10 день  | 248 0     | Суп «Кубанский»                                       | 200       | 4,39         | 4,21   | 13,22  | 118,6     | 16,00   |
| Обед   |           | Ежики мясные  | 90        | 17,92        | 18,46  | 163,17 | 295,42    | 53,00   |
|  |           | Соус красный основной                                 | 30        | 0,43         | 0,72   | 2,78   | 19,41     | 2,00    |
|  |           | Макаронные изделия отварные                           | 150       | 5,55         | 4,51   | 26,44  | 168,45    | 14,00   |
|  |           | Маринад овощной с томатом                             | 30        | 0,48         | 2,26   | 2,23   | 31,37     | 4,00    |
|  |           | Чай с сахаром, вареньем, мёдом                        | 200       | 0,1          | 2,20   | 15     | 60        | 3,00    |
|  | .,,,,,,,, | Хлеб иод.1 с  | 50        | 3,8          | 0,4    | 24,6   | 117,5     | 4,00    |
| Итого:   |           | 1.000   | 750       | 32,67        | 30,56  | 247,44 | 810,75    | 96,00   |
| 2 нед.   |           | Пятница   |           |              | ,      |        |           |         |
| 5 день   | 82 т      | Борщ с капустой и картофелем                          | 200       | 1,44         | 3,93   | 8,7    | 83        | 18,50   |
| Обед   | 292       | Птица или кролик, тушеные в соусе с овощам            | 250       | 16,98        | 15,02  | 16,8   | 270,4     | 80,00   |
|  |           | Овощи натуральные соленые                             | 20        | 0,16         | 0,02   | 0,5    | 2,8       | 7,00    |
|  | 494 п     | Чай с лимоном   | 200       | 1,4          | 3,8    | 3,7    | 55        | 5,00    |
|  |           | Хлеб иод.1 с  | 50        | 3,8          | 0,4    | 24,6   | 117,5     | 4,00    |
|  |           |   |           |              |        |        |           |         |
| Итого:   |           |   | 720       | 23,78        | 23,17  | 54,3   | 528,7     | 114,50  |
| 2 нед.   |           | Суббота   |           |              |        |        |           |         |
| 12 день  | 108 м     | Суп картофельный с клецками                           | 200       | 2,84         | 3,67   | 15,03  | 115,4     | 14,00   |
| Обед   | 253 т     | Ромштекс  | 60        | 9,86         | 8,47   | 7,33   | 249       | 62,50   |
|  | 456 п     | Соус красный основной                                 | 30        | 0,43         | 0,72   | 2,78   | 19,41     | 2,00    |
|  |           | Каша рассыпчатая гречневая                            | 150       | 8,59         | 6,09   | 38,64  | 243,75    | 14,00   |
|  |           | Маринад овощной со свеклой                            | 20        | 0,22         | 1,81   | 1,48   | 23,17     | 2,50    |
|  |           | Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)             | 200       | 0,16         | 0,16   | 27,88  | 114,6     | 7,00    |
|  | JTZ WI    |   |           |              |        |        |           |         |
|  |           | Хлеб иод.1 с  | 25        | 3,8          | 0,4    | 24,6   | 117,5     | 2,00    |
|  |           | Хлеб иод.1 с<br>Булочка Российская                    | 60        | 0,56         | 0,66   | 15,46  | 170       | 6,00    |
| Итого:   |           |   |           |              |        |        |           |         |

\* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.