



Меню № 3
с 02 по 07 февраля 2026 г.

Платое питание 12-18 лет. 140 руб			Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры		
Понедельник							
<i>1 нед.</i>	153 п*	Суп картофельный с рыбными консервами	200	1,77	4,22	13,6	88,6
	280 т*	Фрикадельки в соусе	130	10,87	7,65	11,05	305,58
<i>1 день</i>	309 т*	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45
<i>Обед</i>	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2
	54-2ГН2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5
Итого:			755	22,4	21,4	82,84	710,73
Вторник							
<i>1 нед.</i>	222 о*	Солянка сборная мясная	200	3,6	4,9	31,09	134,97
	292 т*	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (фасоль)	280	16,98	15,02	26,8	378,4
<i>2 день</i>	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2
<i>Обед</i>	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5
Итого:			755	24,72	24,95	98,44	696,07
Среда							
<i>1 нед.</i>	82 т*	Борщ с капустой и картофелем	200	1,67	4,29	17,43	124,83
	274 т*	Зразы, рубленые с яйцом	90	10,4	10,9	10	230
<i>3 день</i>	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41
<i>Обед</i>	302 т*	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75
	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2
	349 т*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5
Итого:			745	25,41	27,12	126,2	855,32
Четверг							
<i>1 нед.</i>	248 о *	Суп «Кубанский»	200	4,39	4,21	13,22	118,6
	461 о*	Рыба тушеная с овощами	100	6,27	5,5	6,3	167,4
<i>4 день</i>	312 т*	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25
<i>Обед</i>	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2
	54-2ГН2020	Чай чёрный байховый с сахаром	200	0,2	0	6,4	26,4
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5
Итого:			725	17,96	19,54	71,7	640,35
Пятница							
<i>1 нед.</i>	99 т*	Суп из овощей	200	2,4	4,5	9,3	93,77
	260 т	Гуляш (свинина)	100	12,81	9,03	24,45	265,9
<i>5 день</i>	242 п*	Каша перловая, рассыпчатая	150	3,06	4,8	20,43	206,25
<i>Обед</i>	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2
	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5
Итого:			725	22,41	23,36	94,73	748,62
Суббота							
<i>1 нед.</i>	108 т*	Суп картофельный с клецками	200	6,8	6,05	21,82	80,4
	24м-202	Шницель из курицы	90	8,1	9,25	21,81	176,55
<i>6 день</i>	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41
<i>Обед</i>	302 т*	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75
	106 п	Овощи натуральные	25	0,24	0,03	0,75	4,2
	349 т*	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5
Итого:			745	28,24	27,23	142,41	757,44
Итого за неделю:			4450	141,14	143,6	616,32	4408,53
* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции							

Технолог : Голосокова С. В. С.В.