



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

Меню № 3
с 21 по 26 апреля 2025 г.

Платное питание 12-18 лет. 130 руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ ре- цеп- туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле- воды		
		Понедельник						
2 нед .	222 о *	Солянка сборная мясная	200	11,6	9,77	2,38	122	32,20
7 день	605 о *	« Ежики » куриные	90	19,72	11,46	16,72	264,32	59,80
Обед	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	13,63	6,85	35,02	255	16,50
	107 п	Овощи натуральные соленые	15	0,48	0,06	1,5	8,4	5,20
	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	6,00
Итого:			705	49,33	33,14	95,22	827,22	123,20
		Вторник						
2 нед .	113 т *	Суп - лапша домашняя	200	3,6	4,9	31,09	134,97	10,80
8 день	259 т *	Жаркое по-домашнему	280	13,8	14,4	25,9	348	119,50
Обед	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,66	5,45	4,46	69,54	6,00
	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	6,00
Итого:			760	21,96	29,75	101,25	731,01	147,80
		Среда						
2 нед .	82 т *	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,7	83	26,00
9 день	255 т *	Печень по – Строгоновски	100	6,44	6,5	14,7	112,33	59,80
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	20,00
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	6,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			700	17,86	20,02	106,45	614,08	117,80
		Четверг						
2 нед .	103 т *	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,6	19,00
10 день	599 о *	Фрикасе из курицы	100	9,19	12,1	4,88	165,2	56,30
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	17,00
	463 п	Маринад овощной с томатом	30	1,18	5,45	5,39	35,52	6,00
	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	6,00
Итого:			730	25,01	30,91	102,47	716,57	107,80
		Пятница						
2 нед .	572 с *	Суп кудрявый	200	2,5	7,4	13,03	240	37,00
5 день	265 т *	Плов	280	20,19	45,07	41,42	652,8	98,40
Обед	115 п *	Икра кабачковая пром пр.	15	1,14	5,34	4,62	27,96	6,50
	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	6,00
Итого:			745	27,73	62,81	98,87	1099,26	153,40
		Суббота						
2 нед .	146 о	Суп харчо	200	7,22	6,456	28,32	145,4	25,00
12 день	294 т *	Котлеты, биточки, рубленые из птицы	90	2,84	4,08	11,32	76,2	60,50
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,43	0,72	2,78	19,41	2,50
	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	20,00
	465 п	Маринад овощной со свеклой	50	0,66	5,45	4,46	69,54	10,00
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	6,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			745	27,73	62,81	98,87	1099,26	130,00
Итого за неделю:			4385	169,62	239,44	603,13	5087,4	780,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____