




**Льготное питание ОБЗ 7-11 лет.
с 10 по 11 марта 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
2 нед .	266 п *	Каша из хлопьев овсяных " Геркулес" жидк	200	6,27	8,9	24,32	228,4	
6 день	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
Завтрак	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
2								
Завтрак	567 п *	Булочка российская	60	4,3	5	35,3	203	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			770	21,35	21,92	117,64	824,37	
2 нед .	605 о *	« Ёжики » куриные	100	19,72	11,46	16,72	264,32	
6 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	13,63	6,85	35,02	255	
Обед	107 п	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Полдник	567 п *	Булочка российская	60	4,3	5	35,3	203	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			770	38,33	23,37	118,54	850,72	
Вторник								
2 нед .	182 т *	Каша, жидкая молочная из рисовой крупы	200	14,6	14,9	27,7	408,5	
7 день	640 п *	Крендель сахарный	75	1,5	1,3	17,9	299	
Завтрак	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Завтрак	ром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			720	25,23	25,66	100,77	1102,53	
2 нед .	259 т *	Жаркое по-домашнему	240	13,8	14,4	25,9	348	
7 день	465 п	Маринад овощной со свеклой	60	0,66	5,45	4,46	69,54	
Обед	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник	пром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			745	24,65	31,15	90,42	836,84	

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



**Льготное питание ОБЗ 7-11 лет
с 12 по 13 марта 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Среда								
2 нед.	297 п *	Макаронны, запеченные с яйцом	200	10,01	4,9	11,2	264	
8 день	94 п *	Бутерброд с маслом	60	3,8	9,7	25,78	205,8	
Завтрак	495 п *	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
2								
Завтрак	406 т *	Расстегай с повидлом	90	3,65	1,2	36,87	173,3	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			800	20,74	18,42	119,57	853,07	
2 нед.	255 т *	Печень по – Строгоновски	100	6,44	6,5	14,7	112,33	
8 день	309 *	Макаронные изделия отварные	100	3,68	3	17,63	112,3	
Обед	306 т	Бобовые отварные	60	1,73	1,63	3,47	35,52	
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	
	*	Хлеб иод. l с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	406 т *	Расстегай с повидлом	90	3,65	1,2	36,87	173,3	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			775	18,16	14,92	131,98	685	
Четверг								
9 день	121 т *	Суп молочный с гречневой крупой	200	9,6	13,01	10,97	190,8	
Завтрак	570 п *	Сдоба обыкновенная	75	6,4	3,5	34,12	233,75	
	493 п *	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
2								
Завтрак	ром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			720	25,13	25,97	100,06	818,58	
9 день	599 о *	Фрикасе из курицы	100	9,19	12,1	4,88	165,2	
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
	463 п	Маринад овощной с томатом	60	1,18	5,45	5,39	35,52	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод. l с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	пром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого:			755	29,15	34,94	108,77	862,77	

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.



**Льготное питание ОБЗ 7-11 лет.
на 14 марта 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<i>1 нед.</i>		Пятница						
10 день	267 п *	Каша, пшённая молочная жидкая	200	6,8	9,4	26,7	228,8	
Завтрак	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
2								
Завтрак	570 п *	Сдоба обыкновенная	60	5,1	2,8	35,3	187	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			770	22,68	20,22	120,22	809,77	
10 день	265 т *	Плов	240	20,19	45,07	41,42	652,8	
Обед	115 п *	Икра кабачковая пром пр.	60	1,14	5,34	4,62	27,96	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	570 п *	Сдоба обыкновенная	60	5,1	2,8	35,3	187	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			785	28,53	55,71	123,84	1047,51	

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____ 