



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

**Льготное питание ОБЗ 7-11 лет  
с 13 по 14 января 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		
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	267 п *	Каша, пшённая молочная жидкая	200	9,8	2,4	4,7	228,8	
7 день	567 п *	Булочка российская	60	4,3	5	25,3	198	
Завтрак	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
<b>2</b>								
Завтрак	ром. п	Кондитерское изделие*	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день :</b>			<b>705</b>	<b>23,23</b>	<b>16,86</b>	<b>84,97</b>	<b>820,83</b>	<b>98,00</b>
2 нед.	274 т *	Зразы, рубленые с яйцом	60	4,41	11,37	12,05	172,65	
7 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	100	9,35	0,8	22,08	162,17	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Полдник</b>								
Полдник	ром. п	Кондитерское изделие*	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>605</b>	<b>23,95</b>	<b>23,47</b>	<b>93,99</b>	<b>753,12</b>	<b>98,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	224 т *	Запеканка из творога с морковью	100	8,36	8,6	12,18	226,06	
8 день	14 т *	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66	
Завтрак	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Завтрак	555 п	Крендель сахарный *	75	6,8	6,6	14,2	230,98	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>610</b>	<b>16,28</b>	<b>23,11</b>	<b>64,12</b>	<b>678,52</b>	<b>98,00</b>
2 нед.	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
8 день	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	60	
Обед	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Полдник</b>								
Полдник	555 п	Крендель сахарный *	75	6,8	6,6	14,2	230,98	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>740</b>	<b>22,7</b>	<b>23,5</b>	<b>82,6</b>	<b>758,73</b>	<b>98,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



**Льготное питание ОБЗ 7-11 лет.  
с 15 по 16 января 2025 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>7-11 лет</b>								
<b>Среда</b>								
2 нед.	294 п *	Макароны отварные с овощами	150	8,87	3,78	27,64	296,67	
9 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	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
<b>2</b>								
Завтрак	565 п	Булочка Дорожная *	60	6,5	6,7	14	231	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день :</b>			<b>695</b>	<b>25,31</b>	<b>17,84</b>	<b>92,25</b>	<b>886,15</b>	<b>98,00</b>
2 нед.	268 т	Котлеты, биточки, шницели	50	6,44	6,5	14,7	112,33	
9 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	100	3,68	3	17,63	112,3	
	342 м *	Компот из свежих плодов или ягод	200	1,5	0,3	15,9	108	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Полдник</b>								
	565 п	Булочка Дорожная *	60	6,5	6,7	14	231	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>665</b>	<b>20,17</b>	<b>19,72</b>	<b>90,31</b>	<b>701,79</b>	<b>98,00</b>
<b>Четверг</b>								
10 день	181 т	Каша манная молочная жидкая *	200	10,9	12,8	13,9	283,65	
Завтрак	399 т	Блинчик со сгущенным молоком *	60	3,26	1,86	20,23	110,5	
	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	
<b>2</b>								
Завтрак	586 п	Полоска песочная с повидлом*	50	7,9	7,8	15,2	230,98	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>760</b>	<b>23,94</b>	<b>23,78</b>	<b>94,15</b>	<b>814,1</b>	<b>98,00</b>
10 день	372 п	Голубцы ленивые	70	11,8	7,3	16,5	225,4	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	312 т *	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	137,5	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Полдник</b>								
	586 п	Полоска песочная с повидлом*	50	7,9	7,8	15,2	230,98	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого:</b>			<b>675</b>	<b>23,89</b>	<b>21,52</b>	<b>90,4</b>	<b>792,04</b>	<b>98,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 

