



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

Льготное питание ОБЗ 7-11 лет. с 27 по 28 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		
Понедельник								
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	
2								
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	
Итого за день :			705	23,23	16,86	84,97	820,83	98,00
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	
Полдник								
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	
Итого за день:			605	23,95	23,47	93,99	753,12	98,00
Вторник								
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	61	
	*	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	
Итого за день:			610	16,28	23,11	64,12	678,52	98,00
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	61	
Обед	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
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	
Итого за день:			740	22,7	23,5	82,6	758,73	98,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.



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

Льготное питание ОБЗ 7-11 лет. с 29 по 30 января 2025 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
7-11 лет								
Среда								
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	
2								
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	
Итого за день :			695	25,31	17,84	92,25	886,15	98,00
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	
Полдник								
	565 п	Булочка Дорожная *	60	6,5	6,7	14	231	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			665	20,17	19,72	90,31	701,79	98,00
Четверг								
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	
2								
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	
Итого за день:			760	23,94	23,78	94,15	814,1	98,00
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	
Полдник								
	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	
Итого:			675	23,89	21,52	90,4	792,04	98,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.



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

**Льготное питание ОБЗ 7-11 лет.
на 31 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		
<i>1 нед.</i>		Пятница						
<i>11 день</i>	395 т *	Вареники с картофелем	150	8,1	2,6	20,78	284,7	
<i>Завтрак</i>	106 п	Овощи натуральные (помидор)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
<i>2</i>								
<i>Завтрак</i>	406 т	Пирожки печеные из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком*	60	7,5	7,5	15,4	228	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Итого за день :			695	17,12	10,82	75,29	676,58	98,00
<i>11 день</i>	452 о *	Рыба , запеченная с томатами (горбуша)	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
<i>Обед</i>	304 т	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<i>Полдник</i>								
	406 т	Пирожки печеные из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком*	60	7,5	7,5	15,4	228	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			685	24,35	19,18	86,6	669,65	98,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____