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

Льготное питание ОВЗ 7-11 , 12-18 лет
с 04 по 05 марта 2024 г.

				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	углеводы		
		Понедельник						
1 нед .	294 т	Котлеты, биточки рубленные из птицы или	90	11,49	15,1	24,08	257,4	
1 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Завтрак	309 т	Макаронные изделия отварные	100	3,7	3,01	17,63	112,3	
	115 п	Икра кабачковая	10	0,19	0,88	0,76	11,89	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
2								
Завтрак		Печенье	20	1,5	1,96	14,88	83,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			**720**	**21,1**	**21,76**	**108,98**	**707,84**	**94,00**
1 нед .	294 т	Котлеты, биточки рубленные из птицы или	90	11,49	15,1	24,08	257,4	
1 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Обед	309 м	Макаронные изделия отварные	100	3,7	3,01	17,63	112,3	
	115 п	Икра кабачковая	10	0,19	0,88	0,76	11,89	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник		Печенье	20	1,5	1,96	14,88	83,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			**720**	**21,6**	**21,56**	**116,58**	**734,84**	**94,00**
		Вторник						
1 нед .	260 п	Каша Вязкая молочная «Дружба» (рис,пшен	200	6,65	7,64	28,15	206,67	
2 день	90 п	Бутерброд с сыром	50	5,36	7,6	7,92	122,4	
Завтрак	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	1,65	0,3	8,5	45,25	
Завтрак	542 п	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	67	4,17	3,71	42,45	240,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			**767**	**18,03**	**19,25**	**117,22**	**735,72**	**94,00**
1 нед .	80/331	Фрикадельки в соусе	140	11,82	12,76	25,08	339,88	
2 день	312 т	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	91,5	
Обед	306 т	Бобовые отварные (Горошек зеленый консе	10	0,28	2,72	5,78	59,2	
	494 п	Чай с лимоном	200	1,4	3,8	3,7	55	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник								
	542 п	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	67	4,17	3,71	42,45	240,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			**767**	**23,61**	**26,59**	**130,23**	**963,48**	**94,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____

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

Льготное питание ОВЗ 7-11 , 12-18 лет
с 06 по 07 марта 2024 г.

				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	углеводы		
		Среда						
1 нед .	614 о	Котлеты, рубленные из птицы с молочным	100	8,06	12	14,82	241	
3 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Завтрак	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	
	463 п	Маринад овощной с томатом	20	0,39	1,81	1,79	25,1	
	495 п	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
2								
Завтрак	99 с	Лепёшки сметанные	70	8,12	17,5	21,44	205,08	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			**790**	**27,92**	**37,48**	**116,34**	**897,53**	**94,00**
1 нед .	614 о	Котлеты, рубленные из птицы с молочным	100	8,36	12,02	14,92	241	
3 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Обед	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	
	463 п	Маринад овощной с томатом	20	0,39	1,81	1,79	25,1	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник								
	99 с	Лепёшки сметанные	70	8,12	17,5	21,44	205,08	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			**790**	**27,38**	**36,16**	**136,02**	**958,13**	**94,00**
		Четверг						
1 нед .	265 т	Плов (свинина)	240	16,42	19,29	47,25	542,21	
4 день	107 п	Овощи натуральные соленые	10	0,08	0,01	0,25	1,4	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Завтрак	555 п	Крендель сахарный	75	5,2	9,8	44,1	285	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			**775**	**25,2**	**29,7**	**138,6**	**1039,11**	**94,00**
4 день	265 т	Плов (свинина)	240	16,42	19,29	47,25	542,21	
Обед	107 п	Овощи натуральные соленые	10	0,08	0,01	0,25	1,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник								
	555 п	Крендель сахарный	75	5,2	9,8	44,1	285	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого:			**775**	**25,7**	**29,5**	**146,2**	**1066,11**	**94,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____

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

Льготное питание ОВЗ 7-11 , 12-18 лет
на 08 марта 2024 г.

				Пищевые в-ва			Энергети-ческая ценность	цена
Приём пищи	№ ре-цеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
1 нед .		***Пятница***						
5 день	194 к	Каша манная с яблоками	200	9,43	7,31	6,32	291	
Завтрак	94 п	Бутерброд с маслом	50	3,16	8,08	21,47	171,43	
	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
2								
Завтрак	579 п	Коржик молочный	60	4,1	7,3	39,3	239	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			**760**	**20,19**	**23,29**	**114,29**	**912,93**	**94,00**
5 день	372 л	Рыба по - русски	120	14,49	13,5	17,69	299,48	
Обед	312 т	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	91,5	
	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,33	2,71	2,22	34,75	
	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник								
	579 п	Коржик молочный	60	4,1	7,3	39,3	239	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			**760**	**24,96**	**27,11**	**127,63**	**903,23**	**94,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____