



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

**Льготное питание ОБЗ 7-11 лет.  
с 09 по 10 сентября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
2 нед .	267 п	Каша, пшённая молочная жидкая *	200	9,8	2,4	8,7	228,8	
6 день	567 п	Булочка российская	60	4,3	5	25,3	198	
Завтрак	14 т	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66	
	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	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>740</b>	<b>24,15</b>	<b>24,77</b>	<b>96,51</b>	<b>921,32</b>	<b>125,00</b>
2 нед .	96 т	Рассольник «Ленинградский»	200	1,6	4,07	19,6	85,88	
6 день	274 т	Зразы, рубленые с яйцом *	90	6,62	17,06	18,08	258,98	
Обед	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12		
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	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>Итого за день:</b>								
<b>Итого за день:</b>			<b>945</b>	<b>32,92</b>	<b>33,7</b>	<b>132,16</b>	<b>771,56</b>	<b>125,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед .	224 т	Запеканка из творога с морковью *	165	13,8	14,2	28,1	393	
7 день	112п	Плоды свежие *	125	0,4	0,4	9,8	47	
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	640 п	Крендель сахарный *	75	6,5	6,6	148,9	235	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>790</b>	<b>21,74</b>	<b>21,86</b>	<b>224,41</b>	<b>830,48</b>	<b>125,00</b>
2 нед .	149 п	Суп картофельный с фрикадельками	200	1,76	2,36	11,76	175,48	
7 день	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	
Обед	106 п	Овощи натуральные (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	
	494	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого за день:</b>								
<b>Итого за день:</b>			<b>1025</b>	<b>26,72</b>	<b>28,48</b>	<b>243,64</b>	<b>1011,38</b>	<b>125,00</b>

\* 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 11 по 12 сентября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Среда</b>								
2 нед .	294 п	Макароны отварные с овощами *	200	2,24	4,4	18,4	232	
8 день	90 п	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
Завтрак	496 п	Какао с молоком *	200	3,08	3,54	17,57	118,6	
		Хлеб ржано-пшеничный*	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
<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>770</b>	<b>22,5</b>	<b>22,66</b>	<b>92,99</b>	<b>914,57</b>	<b>125,00</b>
2 нед .	121 к	Борщ «Сибирский»	200	3,55	5,11	14,16	127,75	
8 день	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	
	309 т	Макаронные изделия отварные *	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
	54-4хз н	Перец болгарский в нарезке	60	0,79	0,1	2,94	15,42	
	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>1015</b>	<b>31,51</b>	<b>31,63</b>	<b>127,92</b>	<b>990,98</b>	<b>125,00</b>
<b>Четверг</b>								
9 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>125,00</b>
9 день	113 т	Суп - лапша домашняя	200	2,57	5,54	11,62	115,75	
Обед	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	
	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	
	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>1005</b>	<b>28,14</b>	<b>28,78</b>	<b>111,11</b>	<b>990,94</b>	<b>125,00</b>

\* 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 13 сентября 2024 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>1 нед.</b>		<b>Пятница</b>						
<b>10 день</b>	395 т	Вареники с картофелем	200	12,6	5,6	30,8	307,8	
<b>Завтрак</b>	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный*	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
<b>2</b>								
<b>Завтрак</b>	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	
<b>Итого за день :</b>			<b>770</b>	<b>22,46</b>	<b>14,48</b>	<b>92,72</b>	<b>734,17</b>	<b>125,00</b>
<b>10 день</b>	99 т	Суп из овощей	200	2,5	7,4	13,03	240	
<b>Обед</b>	452 о	Рыба , запеченная с томатами (горбуша )*	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
	304 т	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	209,7	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Полдник</b>								
	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	
<b>Итого за день:</b>			<b>995</b>	<b>28,54</b>	<b>28,43</b>	<b>113,35</b>	<b>987,95</b>	<b>125,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. \_\_\_\_\_