



УТВЕРЖДАЮ

И.И. Косухин С.В.

Косухин С.В.

**Льготный обед 7-11 лет  
с 13 по 17 января 2025г.**



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.	274 т *	Зразы, рубленые с яйцом	60	4,41	11,37	12,05	172,65	
6 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>Итого:</b>			<b>385</b>	<b>15,76</b>	<b>14,67</b>	<b>61,43</b>	<b>453,57</b>	<b>78,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
7 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	
<b>Итого:</b>			<b>465</b>	<b>15,8</b>	<b>16,9</b>	<b>53,4</b>	<b>467,75</b>	<b>78,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	268 т	Котлеты, биточки, шницели	50	6,44	6,5	14,7	112,33	
8 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>Итого:</b>			<b>405</b>	<b>13,57</b>	<b>13,02</b>	<b>61,31</b>	<b>410,79</b>	<b>78,00</b>
<b>Четверг</b>								
9 день	372 п	Голубцы ленивые	90	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>Итого:</b>			<b>445</b>	<b>15,89</b>	<b>13,72</b>	<b>60,2</b>	<b>501,06</b>	<b>78,00</b>
<b>Пятница</b>								
10 день	452 о *	Рыба , запеченная с томатами (горбуша )	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
Обед	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	
<b>Итого:</b>			<b>425</b>	<b>16,75</b>	<b>11,68</b>	<b>56,2</b>	<b>381,65</b>	<b>78,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>2125</b>	<b>77,77</b>	<b>69,99</b>	<b>292,54</b>	<b>2214,82</b>	<b>390,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

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