



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

**Льготный завтрак 7-11 лет.
с 20 по 24 января 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецеп-	Наименование блюда	Вес блюда	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед .	295 п *	Макаронные изделия отварные с сыром	150	7,35	3	12	197,73	
1 день	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
Завтрак	493 п *	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			435	17,19	10,36	47,61	496,21	78,00
Вторник								
1 нед .	215 т *	Омлет паровой	100	9,2	9,47	13,4	282	
2 день	306 т	Бобовые отварные (горошек зелёный)	20	0,57	0,54	1,15	11,84	
Завтрак	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			370	11,55	11,33	44,57	423,81	78,00
Среда								
1 нед .	121 т *	Суп молочный с гречневой крупой	200	4	3,01	8,97	190,8	
3 день	148 п *	Сосиска, запечённая в тесте	60	6,18	8,04	18,6	171,6	
Завтрак	495 п *	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			485	12,52	13,01	50,88	477,88	78,00
Четверг								
1 нед .	182 т *	Каша, жидкая молочная из рисовой крупы	200	14,6	14,9	27,7	408,5	
Завтрак	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
	493 п *	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			485	24,44	22,26	63,31	706,98	78,00
Пятница								
1 нед .	284 т	Запеканка (рулет) картофельная с мясом или субпродуктами	105	6,37	1,761	4,82	171,72	
Завтрак	993 о *	Булочка «Забава»	50	2,35	2,4	10,95	99	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			380	9,66	4,821	38,38	366,2	78,00
Итого за неделю:			2155	75,36	61,781	244,75	2471,08	390,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____