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

Льготный завтрак 7-11 лет.
с 26 февраля по 01 марта 2024 г.

				Пищевые в-ва			Энергети-чечкая ценность	цена
Приём пищи	№ ре-цеп-	Наименование блюда	Вес блюда	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
		Понедельник						
2 нед .	605 о	« Ёжики » куриные	90	5,33	13,26	11,74	308,01	
6 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	100	9,74	0,96	19,37	116,4	
Завтрак	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,48	0,06	1,5	8,4	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	0,3	0,6	23	30,5	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			**510**	**19,75**	**19,88**	**95,21**	**640,81**	**74,00**
		Вторник						
2 нед .	260 м	Гуляш (свинина	90	5,63	5,77	2,48	228,8	
7 день	309	Макароны отварные с маслом	100	5,51	4,51	12,44	138,45	
Завтрак	106 п	Овощи натуральные (помидор)	20	0,66	0,12	2,28	14,4	
	494	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	0,3	0,6	23	30,5	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			**510**	**16**	**16**	**80**	**590,65**	**74,00**
		Среда						
2 нед .	399	Оладьи из печени по – кунцевски	90	11,63	11,12	3,2	290,6	
8 день	312	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	91,5	
Завтрак	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,48	0,06	1,5	8,4	
	495 п	Чай с молоком	200	1,5	0,3	15,9	81	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	0,3	0,6	23	30,5	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			**510**	**19,75**	**20,28**	**81,82**	**619,5**	**74,00**
2 нед .		***Четверг***						
9 день	182 м	Каша, жидкая молочная из рисовой крупы	200	8,84	9,56	4,58	351,4	
Завтрак	300	Яйцо вареное	40	5,1	4,6	0,3	63	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	0,3	0,6	23	30,5	
Итого:			**540**	**18,14**	**19,76**	**67,48**	**622,4**	**74,00**
2 нед .		***Пятница***						
10 день	259 м	Жаркое по-домашнему	240	15,12	15,34	20,3	441,77	
Завтрак	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	0,3	0,6	23	30,5	
Итого:			**510**	**16**	**16**	**60**	**541,67**	**74,00**
Итого за неделю:			**2580**	**89,64**	**91,92**	**384,51**	**3015,03**	**370,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____