



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

**Льготный завтрак 7-11 лет.  
с 27 по 31 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		
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	267 п *	Каша, пшённая молочная жидкая	200	9,8	2,4	4,7	228,8	
6 день	567 п *	Булочка российская	60	4,3	5	25,3	198	
Завтрак	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
<b>Итого:</b>			<b>485</b>	<b>15,04</b>	<b>8,06</b>	<b>52,41</b>	<b>521,28</b>	<b>78,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	224 т *	Запеканка из творога с морковью	100	8,36	8,6	12,18	226,06	
7 день	14 т *	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66	
Завтрак	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
<b>Итого:</b>			<b>335</b>	<b>9,38</b>	<b>16,51</b>	<b>34,92</b>	<b>387,54</b>	<b>78,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	294 п *	Макароны отварные с овощами	150	8,87	3,78	27,64	296,67	
8 день	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
Завтрак	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
<b>Итого:</b>			<b>435</b>	<b>18,71</b>	<b>11,14</b>	<b>63,25</b>	<b>595,15</b>	<b>78,00</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед.	181 т *	Каша манная молочная жидкая	200	6,9	9,2	7,3	263,65	
Завтрак	399 т *	Блинчик со сгущенным молоком	60	3,26	1,86	20,23	110,5	
	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	
<b>Итого:</b>			<b>485</b>	<b>12,5</b>	<b>13,02</b>	<b>50,84</b>	<b>489,63</b>	<b>78,00</b>
<b>Пятница</b>								
10 день	395 т *	Вареники с картофелем	150	8,1	2,6	20,78	284,7	
Завтрак	106 п *	Овощи натуральные (помидор)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
<b>Итого:</b>			<b>435</b>	<b>9,52</b>	<b>3,32</b>	<b>44,89</b>	<b>388,58</b>	<b>78,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>2175</b>	<b>65,15</b>	<b>52,05</b>	<b>246,31</b>	<b>2382,18</b>	<b>390,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 