



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

Меню № 3
с 02 по 07 сентября 2024 г.

| Платное питание 12-18 лет. 115 руб | | | | Пищевые в-ва | | | Энергетическая ценность | Цена |
|------------------------------------|-------------|---|---------------|---------------|---------------|---------------|-------------------------|---------------|
| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда гр. | бел-ки | жи-ры | угле-воды | | |
| Понедельник | | | | | | | | |
| | 54-9с ни | Суп картофельный с фасолью | 200 | 1,77 | 4,22 | 13,6 | 88,6 | 17,00 |
| 1 нед. | 454 л | Котлеты по - хлыновски | 90 | 10,87 | 7,65 | 11,05 | 305,58 | 55,50 |
| 1 день | 456 п | Соус красный основной | 30 | 0,05 | 0,72 | 2,78 | 19,41 | 2,00 |
| Обед | 309 | Макаронные изделия отварные * | 150 | 5,52 | 4,5 | 26,44 | 168,45 | 18,60 |
| | 106 п | Овощи натуральные (помидор) | 30 | 0,33 | 0,6 | 1,14 | 7,2 | 12,00 |
| | 493 п | Чай с вареньем ,сахаром или медом * | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | 3,50 |
| | | Хлеб иод. I с* | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 | 5,00 |
| Итого: | | | 750 | 22,44 | 22,69 | 94,61 | 766,74 | 113,60 |
| Вторник | | | | | | | | |
| 1 нед. | | | | | | | | |
| 2 день | 272 с | Суп кудрявый * | 200 | 3,6 | 4,9 | 31,09 | 134,97 | 22,00 |
| Обед | 292 т | Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек) * | 240 | 16,98 | 15,02 | 26,8 | 378,4 | 73,40 |
| | 106 п | Овощи натуральные (огурец) | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 | 10,00 |
| | 494 п | Чай с лимоном* | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | 5,50 |
| | | Хлеб иод. I с* | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 | 5,00 |
| Итого: | | | 720 | 24,72 | 24,95 | 98,44 | 696,07 | 115,90 |
| Среда | | | | | | | | |
| 1 нед. | | | | | | | | |
| 3 день | 142 п | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1,67 | 4,29 | 17,43 | 124,83 | 17,00 |
| Обед | 395 п | Сосиски, сардельки, колбаса отварные | 100 | 10,4 | 10,9 | 10 | 230 | 74,00 |
| | 456 п | Соус красный основной | 30 | 0,05 | 0,72 | 2,78 | 19,41 | 2,00 |
| | 302 т | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 8,59 | 6,09 | 38,64 | 243,75 | 17,50 |
| | 342 т | Компот из свежих плодов или ягод * | 200 | 1,5 | 0,3 | 15,9 | 108 | 7,50 |
| | | Хлеб иод. I с* | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 | 5,00 |
| Итого: | | | 730 | 26,01 | 27,3 | 109,35 | 843,49 | 123,00 |
| Четверг | | | | | | | | |
| 1 нед. | | | | | | | | |
| 4 день | 248 о | Суп «Кубанский» | 200 | 4,39 | 4,21 | 13,22 | 118,6 | 18,00 |
| Обед | 265 т | Плов (свинина) | 240 | 16,1 | 16,2 | 49,9 | 454,05 | 61,00 |
| | 106 п | Овощи натуральные (огурец) | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,2 | 10,00 |
| | 493 п | Чай с вареньем ,сахаром или медом * | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | 3,50 |
| | | Хлеб иод. I с* | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 | 5,00 |
| Итого: | | | 720 | 24,63 | 25,44 | 103,47 | 754,35 | 97,50 |
| Пятница | | | | | | | | |
| 1 нед. | | | | | | | | |
| 5 день | 131 п | Свекольник | 200 | 2,4 | 4,5 | 9,3 | 93,77 | 26,00 |
| Обед | 261 т | Печень, тушенная в соусе сметанном с томатом и луком | 100 | 12,81 | 9,03 | 24,45 | 265,9 | 53,90 |
| | 312 т | Пюре картофельное | 150 | 3,06 | 4,8 | 20,43 | 206,25 | 22,60 |
| | 106 п | Овощи натуральные (помидор) | 30 | 0,33 | 0,6 | 1,14 | 7,2 | 12,00 |
| | 494 п | Чай с лимоном* | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | 5,50 |
| | | Хлеб иод. I с* | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 | 5,00 |
| Итого: | | | 730 | 22,5 | 23,93 | 95,12 | 751,62 | 125,00 |
| Суббота | | | | | | | | |
| 1 нед. | | | | | | | | |
| 6 день | 153 п | Суп картофельный с рыбными консервами* | 200 | 6,8 | 6,05 | 21,82 | 80,4 | 20,00 |
| Обед | т-2020 | Курица тушенная с морковью * | 100 | 8,1 | 9,25 | 21,81 | 176,55 | 58,40 |
| | 242 п | Каша перловая, рассыпчатая | 150 | 5,51 | 4,51 | 12,44 | 138,45 | 18,40 |
| | 349 т | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,66 | 0,09 | 32,01 | 132,8 | 6,50 |
| | | Хлеб иод. I с* | 50 | 3,8 | 5 | 24,6 | 117,5 | 5,00 |
| | 564 п | Булочка домашняя * | 60 | 6,3 | 6,8 | 31,4 | 102 | 6,70 |
| Итого: | | | 760 | 31,17 | 31,7 | 144,08 | 747,7 | 115,00 |
| Итого за неделю: | | | 4410 | 151,47 | 156,01 | 645,07 | 4559,97 | 690,00 |

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 