



## Льготный обед с 12 по 16 сентября 2022 г.

Комплексное питание 7- 11 лет 366 руб.				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 .	268 м	Шницель	90	7,73	7,22	6,78	228,8	
7 день	456 п	Соус красный основной	50	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	199 м	Пюре из бобовых с маслом	100	5,51	4,51	12,44	138,45	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,48	0,06	1,5	8,4	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,3	0,1	17,2	71	
		Хлеб иод. 1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>17,87</b>	<b>17,61</b>	<b>65,3</b>	<b>583,56</b>	<b>74,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед .								
8 день	54-27	Капуста тушеная с мясом птицы	240	14,94	15,28	19,52	608,01	
Обед	106 п	Овощи натуральные (помидор)	20	0,66	0,12	2,28	14,4	
	112	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	0,3	0,6	23	30,5	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>60</b>	<b>713,91</b>	<b>74,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед .	237 п	Зразы рыбные рубленые	90	5,5	5,62	11,67	221	
9 день	456 п	Соус красный основной	50	0,05	0,72	2,78	19,41	
	309	Макаронны отварные с маслом	100	5,51	4,51	12,44	138,45	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,48	0,06	1,5	8,4	
	349 м	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	27,01	115,63	
		Хлеб иод. 1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>80</b>	<b>620,39</b>	<b>74,00</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед .								
10 день	297 м	Фрикадельки из кур	90	15,41	7,34	8,45	251,4	
Обед	456 п	Соус красный основной	50	0,05	0,72	2,78	19,41	
	302 м	Каша гречневая рассыпчатая	100	0,06	0,09	10,64	203,75	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	20	0,66	0,12	2,28	14,4	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,3	0,1	17,2	71	
		Хлеб иод. 1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>20,28</b>	<b>13,37</b>	<b>65,95</b>	<b>677,46</b>	<b>74,00</b>
<b>Пятница</b>								
2 нед .								
11 день	259 м	Жаркое по-домашнему	240	15,12	15,34	20,3	439,77	
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,48	0,06	1,5	8,4	
	112	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод. 1 с	50	3,8	5	24,6	68,35	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>19,5</b>	<b>20,4</b>	<b>61,6</b>	<b>577,52</b>	<b>74,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>2550</b>	<b>89,65</b>	<b>83,38</b>	<b>332,85</b>	<b>3172,84</b>	<b>370</b>

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