



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

Льготное питание ДМС 12-18 лет. с 20 по 25 января 2025 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	454 л	Котлеты по - хлыновски	50	6,04	4,25	6,14	169,8	
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	100	3,68	3	17,63	112,3	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого за день:			405	11,77	10,47	53,85	420,26	78,00
Вторник								
1 нед.	292 т	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек)	240	16,98	15,02	26,8	378,4	
2 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого за день:			465	18,98	17,52	54,1	497,15	78,00
Среда								
1 нед.	142 п *	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,67	4,29	17,43	124,83	
3 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого за день:			450	5,57	9,29	57,03	302,33	78,00
Четверг								
4 день	265 т	Плов (свинина)	240	16,1	16,2	49,9	454,05	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			465	18,1	18,7	77,2	572,8	78,00
Пятница								
5 день	261 т *	Печень,тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	312 т *	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	137,5	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого за день:			425	16,85	14,73	65,37	522,15	78,00
Суббота								
1нед.	153 п *	Суп картофельный с рыбными консервами	200	7,38	5,78	12,84	133	
6 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			450	11,28	10,78	52,44	310,5	78,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____