



**Льготное питание ДМС 12-18 лет.  
с 27 января по 01 февраля 2025 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	274 т *	Зразы, рубленые с яйцом	60	4,41	11,37	12,05	172,65	
7 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	100	9,35	0,8	22,08	162,17	
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	
<b>Итого за день:</b>			<b>385</b>	<b>15,76</b>	<b>14,67</b>	<b>61,43</b>	<b>453,57</b>	<b>78,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
8 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	
<b>Итого за день:</b>			<b>465</b>	<b>15,8</b>	<b>16,9</b>	<b>53,2</b>	<b>466,75</b>	<b>78,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	121 к	Борщ «Сибирский»	200	3,55	5,11	14,16	127,75	
9 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	
<b>Итого за день:</b>			<b>450</b>	<b>7,45</b>	<b>10,11</b>	<b>53,76</b>	<b>305,25</b>	<b>78,00</b>
<b>Четверг</b>								
10 день	372 п	Голубцы ленивые	70	11,8	7,3	16,5	225,4	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	312 т	Пюре картофельное	100	3,06	4,8	20,43	206,25	
	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	
<b>Итого:</b>			<b>425</b>	<b>16,91</b>	<b>15,32</b>	<b>67,01</b>	<b>569,81</b>	<b>78,00</b>
<b>Пятница</b>								
11 день	452 о *	Рыба , запеченная с томатами (горбуша )	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
Обед	304 т	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
	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	
<b>Итого за день:</b>			<b>425</b>	<b>16,75</b>	<b>11,68</b>	<b>56</b>	<b>380,65</b>	<b>78,00</b>
<b>Суббота</b>								
2 нед.	236 о	Суп Бразильский	200	2,84	4,08	11,32	76,2	
12 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	
<b>Итого:</b>			<b>450</b>	<b>6,74</b>	<b>9,08</b>	<b>50,92</b>	<b>253,7</b>	<b>78,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

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