



**Льготное питание ДМС 12-18 лет.  
с 03 по 07 марта 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>								
1 нед.	285 т*	Макаронник с мясом	240	30,42	42,44	35,45	470,25	
1 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>32,42</b>	<b>44,94</b>	<b>62,75</b>	<b>589</b>	<b>78,00</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед.	407 п*	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
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	
<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>								
1 нед.	279 т*	Тефтели	110	6,96	16,11	11,61	223	
3 день	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	8,59	6,09	38,64	243,75	
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>435</b>	<b>17,55</b>	<b>24,7</b>	<b>77,55</b>	<b>585,5</b>	<b>78,00</b>
<b>Четверг</b>								
1 нед.	334 п*	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84	
4 день	304 т*	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
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:</b>			<b>425</b>	<b>20,23</b>	<b>13,38</b>	<b>57,25</b>	<b>418,39</b>	<b>78,00</b>
<b>Пятница</b>								
1 нед.	280/3	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	
5 день	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
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:</b>			<b>480</b>	<b>20,33</b>	<b>16,03</b>	<b>78,19</b>	<b>553,1</b>	<b>78,00</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>2270</b>	<b>106,33</b>	<b>115,95</b>	<b>328,94</b>	<b>2612,74</b>	<b>390,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

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