



УТВЕРЖДАЮ

ИП Косухин С.В.

Косухин С.В.

**Льготный завтрак 7-11 лет.
с 20 по 24 января 2025 г.**

| 7-11 лет | | | | Пищевые в-ва | | | Энергетическая ценность | цена |
|-------------------------|----------|--|-------------|--------------|---------------|---------------|-------------------------|---------------|
| Приём пищи | № рецеп- | Наименование блюда | Вес блюда | бел-ки | жи-ры | угле-воды | | |
| Понедельник | | | | | | | | |
| 1 нед. | 295 п * | Макаронные изделия отварные с сыром | 150 | 7,35 | 3 | 12 | 197,73 | |
| 1 день | 90 п * | Бутерброд с сыром | 60 | 8,9 | 6,7 | 13,2 | 204 | |
| Завтрак | 493 п * | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| | * | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 0,84 | 0,66 | 7,41 | 34,48 | |
| Итого: | | | 435 | 17,19 | 10,36 | 47,61 | 496,21 | 78,00 |
| Вторник | | | | | | | | |
| 1 нед. | 215 т * | Омлет паровой | 100 | 9,2 | 9,47 | 13,4 | 282 | |
| 2 день | 306 т | Бобовые отварные (горошек зелёный) | 20 | 0,57 | 0,54 | 1,15 | 11,84 | |
| Завтрак | 494 п * | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | |
| | * | Хлеб ржано-пшеничный | 50 | 1,68 | 1,32 | 14,82 | 68,97 | |
| Итого: | | | 370 | 11,55 | 11,33 | 44,57 | 423,81 | 78,00 |
| Среда | | | | | | | | |
| 1 нед. | 121 т * | Суп молочный с гречневой крупой | 200 | 4 | 3,01 | 8,97 | 190,8 | |
| 3 день | 148 п * | Сосиска, запечённая в тесте | 60 | 6,18 | 8,04 | 18,6 | 171,6 | |
| Завтрак | 495 п * | Чай с молоком | 200 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 | |
| | * | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 0,84 | 0,66 | 7,41 | 34,48 | |
| Итого: | | | 485 | 12,52 | 13,01 | 50,88 | 477,88 | 78,00 |
| Четверг | | | | | | | | |
| 1 нед. | | | | | | | | |
| 4 день | 182 т * | Каша, жидкая молочная из рисовой крупы | 200 | 14,6 | 14,9 | 27,7 | 408,5 | |
| Завтрак | 90 п * | Бутерброд с сыром | 60 | 8,9 | 6,7 | 13,2 | 204 | |
| | 493 п * | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| | * | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 0,84 | 0,66 | 7,41 | 34,48 | |
| Итого: | | | 485 | 24,44 | 22,26 | 63,31 | 706,98 | 78,00 |
| Пятница | | | | | | | | |
| 1 нед. | | | | | | | | |
| 5 день | 284 т | Запеканка (рулет) картофельная с мясом или субпродуктами | 105 | 6,37 | 1,761 | 4,82 | 171,72 | |
| Завтрак | 993 о * | Булочка «Забава» | 50 | 2,35 | 2,4 | 10,95 | 99 | |
| | 494 п * | Чай с лимоном | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | |
| | * | Хлеб ржано-пшеничный | 25 | 0,84 | 0,66 | 7,41 | 34,48 | |
| Итого: | | | 380 | 9,66 | 4,821 | 38,38 | 366,2 | 78,00 |
| Итого за неделю: | | | 2155 | 75,36 | 61,781 | 244,75 | 2471,08 | 390,00 |

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____