



Льготное питание *ОВЗ 12-18 лет.*
с 13 по 14 мая 2024 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	294 т	Котлеты, биточки рубленые из птицы или кролика *	90	11,49	15,1	24,08	257,4	
1 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Завтрак	309 т	Макаронные изделия отварные *	100	3,7	3,01	17,63	112,3	
	115 п	Икра кабачковая	10	0,19	0,88	0,76	11,89	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный *	50	3,3	0,6	17	90,5	
2								
Завтрак		Печенье *	20	1,5	1,96	14,88	83,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			720	21,1	21,76	108,98	707,84	94,00
1 нед.	294 т	Котлеты, биточки рубленые из птицы или кролика *	90	11,49	15,1	24,08	257,4	
1 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Обед	309 м	Макаронные изделия отварные *	100	3,7	3,01	17,63	112,3	
	115 п	Икра кабачковая	10	0,19	0,88	0,76	11,89	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник		Печенье *	20	1,5	1,96	14,88	83,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			720	21,6	21,56	116,58	734,84	94,00
Вторник								
1 нед.	260 п	Каша вязкая молочная «Дружба» (рис, пшено) *	200	6,65	7,64	28,15	206,67	
2 день	90 п	Бутерброд с сыром	50	5,36	7,6	7,92	122,4	
Завтрак	494 п	Чай с лимоном *	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный *	50	1,65	0,3	8,5	45,25	
Завтрак	542 п	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом *	67	4,17	3,71	42,45	240,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			767	18,03	19,25	117,22	735,72	94,00
1 нед.	80/331	Фрикадельки в соусе	140	11,82	12,76	25,08	339,88	
2 день	312 т	Пюре картофельное *	100	2,04	3,2	13,62	91,5	
Обед	306 т	Бобовые отварные (Горошек зеленый консе	10	0,28	2,72	5,78	59,2	
	494 п	Чай с лимоном *	200	1,4	3,8	3,7	55	
		Хлеб иод.1 с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник		Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом *	67	4,17	3,71	42,45	240,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			767	23,61	26,59	130,23	963,48	94,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



Льготное питание **ОВЗ 12-18 лет.**

с 15 по 16 мая 2024 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Среда								
1 нед.	614 о	Котлеты, рубленные из птицы с молочным соусом *	100	8,06	12	14,82	241	
3 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Завтрак	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	
	463 п	Маринад овощной с томатом	20	0,39	1,81	1,79	25,1	
	495 п	Чай с молоком *	200	1,5	1,3	15,9	81	
		Хлеб ржано-пшеничный *	50	3,3	0,6	17	90,5	
2								
Завтрак	99 с	Лепёшки сметанные *	70	8,12	17,5	21,44	205,08	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			790	27,92	37,48	116,34	897,53	94,00
1 нед.	614 о	Котлеты, рубленные из птицы с молочным соусом *	100	8,36	12,02	14,92	241	
3 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Обед	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	
	463 п	Маринад овощной с томатом	20	0,39	1,81	1,79	25,1	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	
		Хлеб iod.1 с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник								
	99 с	Лепёшки сметанные *	70	8,12	17,5	21,44	205,08	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			790	27,38	36,16	136,02	958,13	94,00
Четверг								
1 нед.	265 т	Плов (свинина)	240	16,42	19,29	47,25	542,21	
4 день	107 п	Овощи натуральные соленые	10	0,08	0,01	0,25	1,4	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный *	50	3,3	0,6	17	90,5	
Завтрак								
	555 п	Крендель сахарный *	75	5,2	9,8	44,1	285	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			775	25,2	29,7	138,6	1039,11	94,00
4 день	265 т	Плов (свинина)	240	16,42	19,29	47,25	542,21	
Обед	107 п	Овощи натуральные соленые	10	0,08	0,01	0,25	1,4	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб iod.1 с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник								
	555 п	Крендель сахарный *	75	5,2	9,8	44,1	285	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого:			775	25,7	29,5	146,2	1066,11	94,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.



**Льготное питание ОВЗ 12-18 лет.
с 17 по 18 мая 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
1 нед.		Пятница						
5 день	194 к	Каша манная с яблоками *	200	9,43	7,31	6,32	291	
Завтрак	94 п	Бутерброд с маслом	50	3,16	8,08	21,47	171,43	
	494 п	Чай с лимоном *	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный *	50	3,3	0,6	17	90,5	
2								
Завтрак	579 п	Коржик молочный *	60	4,1	7,3	39,3	239	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			760	20,19	23,29	114,29	912,93	94,00
5 день	372 л	Рыба по - русски *	120	14,49	13,5	17,69	299,48	
Обед	312 т	Пюре картофельное *	100	2,04	3,2	13,62	91,5	
	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,33	2,71	2,22	34,75	
	494 п	Чай с лимоном *	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник								
	579 п	Коржик молочный *	60	4,1	7,3	39,3	239	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			760	24,96	27,11	127,63	903,23	94,00
		Суббота						
1 нед.	580 о	Гуляш из мяса птицы *	100	11,32	11,24	3,41	159,23	
6 день	242 п	Каша перловая, рассыпчатая	100	3,06	4,49	20,98	139,5	
Завтрак	495 п	Чай с молоком *	200	1,5	1,3	15,9	81	
		Хлеб ржано-пшеничный *	25	3,3	0,6	17	90,5	
2								
Завтрак	1013 о	Плюшка "Московская" *	50	3,5	3,7	21	131	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			675	22,78	21,33	93,29	661,23	94,00
1 нед.	580 о	Гуляш из мяса птицы *	100	11,32	11,24	3,41	159,23	
6 день	242 п	Каша перловая, рассыпчатая	100	3,06	4,49	20,98	139,5	
Обед	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко) *	200	0,16	0,16	27,88	114,6	
		Хлеб иод.1 с *	25	3,8	0,4	24,6	117,5	
Полдник								
	1013 о	Плюшка "Московская" *	50	3,5	3,7	21	131	
	493 п	Чай с вареньем, сахаром или мёдом	200	0,1		15	60	
Итого:			675	21,94	19,99	112,87	721,83	94,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голосокова С. В.