



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



Льготный завтрак ДМС 12-18 лет.
с 13 по 18 мая 2024 г.

Приём пищи	№ рецеп-	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	294т/ 456 п	Котлеты, биточки рубленые из птицы или кролика с соусом	140	12,21	10,31	28,71	289,75	
1 день	309 т	Макаронные изделия отварные	150	5,51	4,51	26,44	168,45	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,5	45,25	
Итого:			515	19,47	15,12	78,65	563,45	74,00
Вторник								
1 нед.	260 п	Каша Вязкая молочная «Дружба» (рис,пшено)	200	7,65	7,64	19,15	206,67	
2 день	90 п	Бутерброд с сыром	60	5,36	7,6	7,92	122,4	
Завтрак	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого:			510	16,41	15,84	59,27	480,57	74,00
Среда								
1 нед.	614 о /456 п	Котлеты, рубленые из птицы с молочным соусом	100	8,06	13	14,92	241	
3 день	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	
Завтрак	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
	495 п	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
		Хлеб ржано-пшеничный	25	1,65	0,3	8,5	45,25	
Итого:			525	20,52	20,9	82,59	643,35	74,00
Четверг								
1 нед.								
4 день	265 т	Плов (свинина)	240	16,42	17,29	37,25	542,21	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	215	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого:			505	19,82	17,89	69,25	692,71	74,00
Пятница								
1 нед.								
5 день	294 п	Макароны отварные с овощами	200	8,8	5,7	16,02	291	
Завтрак	94 п	Бутерброд с маслом	60	3,8	9,7	15,78	205,8	
	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого:			510	16	16	64	648,3	74,00
Суббота								
1 нед.								
6 день	580 о	Гуляш из мяса птицы	100	11,32	11,24	3,41	159,23	
Обед	242 п	Каша перловая, рассыпчатая	150	3,06	4,49	20,98	139,5	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	3,3	0,6	17	90,5	
Итого:			500	17,84	16,49	69,27	503,83	74,00
Итого за неделю:			3065	110,06	102,24	423,03	3532,21	444,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 