



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

## Меню № 2 с 27 по 31 января 2025 г.

Платное питание 12-18 лет. 105 руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	274 т *	Зразы, рубленые с яйцом	90	6,62	17,06	18,08	258,98	53,80
6 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12		16,50
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	3,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>490</b>	<b>24,55</b>	<b>23,27</b>	<b>90,8</b>	<b>436,48</b>	<b>79,80</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	71,40
7 день	м. прои	Кондитерское изделие	40	1,12	1,32	31	140	25,00
Обед	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>18,82</b>	<b>20,72</b>	<b>96,7</b>	<b>666,5</b>	<b>107,90</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	55,00
8 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	2,50
	309 т *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	20,00
	342 м *	Компот из свежих плодов или ягод	200	1,5	0,3	15,9	108	7,40
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>22,47</b>	<b>22,22</b>	<b>94,12</b>	<b>615,56</b>	<b>90,90</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед.								
9 день	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	67,40
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,50
	312 т *	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	30,00
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	3,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>18,81</b>	<b>17,82</b>	<b>79,31</b>	<b>628,56</b>	<b>109,40</b>
<b>Пятница</b>								
2 нед.								
10 день	452 о *	Рыба , запеченная с томатами (горбуша )	100	12,32	5,6	4,25	122,1	99,50
Обед	304 т	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	209,7	26,00
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>500</b>	<b>19,86</b>	<b>15,97</b>	<b>80,72</b>	<b>510,3</b>	<b>137,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>550</b>	<b>23,66</b>	<b>20,97</b>	<b>105,32</b>	<b>627,8</b>	<b>525,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.