



УТВЕРЖДАЮ

И.И. Косухин С.В.

Косухин С.В.



**Меню № 3**  
**с 10 по 14 марта 2025 г.**

Платное питание 12-18 лет. 130 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.	222 о *	Солянка сборная мясная	200	11,6	9,77	2,38	122	32,20
6 день	605 о *	« Ёжики » куриные	90	19,72	11,46	16,72	264,32	59,80
Обед	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	13,63	6,85	35,02	255	16,50
	107 п	Овощи натуральные соленые	15	0,48	0,06	1,5	8,4	5,20
	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>705</b>	<b>49,33</b>	<b>33,14</b>	<b>95,22</b>	<b>827,22</b>	<b>123,20</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	113 т *	Суп - лапша домашняя	200	3,6	4,9	31,09	134,97	10,80
7 день	259 т *	Жаркое по-домашнему	280	13,8	14,4	25,9	348	119,50
Обед	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,66	5,45	4,46	69,54	6,00
	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>760</b>	<b>21,96</b>	<b>29,75</b>	<b>101,25</b>	<b>731,01</b>	<b>147,80</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	82 т *	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,7	83	26,00
8 день	255 т *	Печень по – Строгоновски	100	6,44	6,5	14,7	112,33	59,80
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	20,00
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	6,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
<b>Итого:</b>			<b>700</b>	<b>17,86</b>	<b>20,02</b>	<b>106,45</b>	<b>614,08</b>	<b>117,80</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед.	103 т *	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,15	2,27	13,96	94,6	19,00
9 день	599 о *	Фрикасе из курицы	100	9,19	12,1	4,88	165,2	56,30
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	17,00
	463 п	Маринад овощной с томатом	30	1,18	5,45	5,39	35,52	6,00
	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>730</b>	<b>25,01</b>	<b>30,91</b>	<b>102,47</b>	<b>716,57</b>	<b>107,80</b>
<b>Пятница</b>								
2 нед.	572 с *	Суп кудрявый	200	2,5	7,4	13,03	240	37,00
10 день	265 т *	Плов	280	20,19	45,07	41,42	652,8	98,40
Обед	115 п *	Икра кабачковая пром пр.	15	1,14	5,34	4,62	27,96	6,50
	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>745</b>	<b>27,73</b>	<b>62,81</b>	<b>98,87</b>	<b>1099,26</b>	<b>153,40</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>3640</b>	<b>141,89</b>	<b>176,63</b>	<b>504,26</b>	<b>3988,14</b>	<b>650,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

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