



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



Меню № 3 с 20 по 24 января 2025 г.

Платое питание 12-18 лет. 130руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	4-9с ни	Суп картофельный с фасолью	200	1,77	4,22	13,6	88,6	24,00
1 день	454 л	Котлеты по - хлыновски	90	10,87	7,65	11,05	305,58	58,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,50
	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	20,00
	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
Итого:			720	22,11	22,09	93,47	759,54	114,00
Вторник								
1 нед.	272 с *	Суп кудрявый	200	3,6	4,9	31,09	134,97	37,00
2 день	292 т *	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек)	240	16,98	15,02	26,8	378,4	95,00
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
Итого:			690	24,48	24,92	97,69	691,87	143,50
Среда								
1 нед.	142 п	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,67	4,29	17,43	124,83	25,10
3 день	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	100	10,4	10,9	10	230	84,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,50
	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	16,60
	342 т *	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
Итого:			730	26,01	27,3	109,35	843,49	141,60
Четверг								
1 нед.	248 о	Суп «Кубанский»	200	4,39	4,21	13,22	118,6	27,00
Обед	265 т	Плов (свинина)	240	16,1	16,2	49,9	454,05	71,00
	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
Итого:			690	24,39	25,41	102,72	750,15	107,50
Пятница								
1 нед.	131 п *	Свекольник	200	2,4	4,5	9,3	93,77	36,90
Обед	261 т *	Печень,тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	56,00
	312 т *	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	39,00
	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
Итого:			700	22,17	23,33	93,98	744,42	143,40
Итого за неделю:			3530	119,16	123,05	497,21	3789,47	650,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 