



## Меню № 3 с 27 по 31 января 2025 г.

Платое 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.	96 т *	Рассольник «Ленинградский»	200	1,6	4,07	19,6	85,88	29,30
6 день	274 т *	Зразы, рубленые с яйцом	90	6,62	17,06	18,08	258,98	53,80
Обед	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12		16,50
	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>690</b>	<b>26,15</b>	<b>27,34</b>	<b>110,4</b>	<b>522,36</b>	<b>109,10</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	149 п	Суп картофельный с фрикадельками	200	1,76	2,36	11,76	175,48	41,70
7 день	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	71,40
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
	640 п *	Крендель сахарный	75	6,3	6,8	31,4	102	10,00
<b>Итого:</b>			<b>765</b>	<b>25,76</b>	<b>28,56</b>	<b>108,86</b>	<b>803,98</b>	<b>134,60</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	121 к *	Борщ «Сибирский»	200	3,55	5,11	14,16	127,75	25,20
8 день	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	55,00
	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	20,00
	309 т *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	2,50
	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>720</b>	<b>26,02</b>	<b>27,33</b>	<b>108,28</b>	<b>743,31</b>	<b>116,10</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед.								
9 день	113 т *	Суп - лапша домашняя	200	2,57	5,54	11,62	115,75	13,00
Обед	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	67,40
	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>720</b>	<b>21,38</b>	<b>23,36</b>	<b>90,93</b>	<b>744,31</b>	<b>122,40</b>
<b>Пятница</b>								
2 нед.								
10 день	99 т	Суп из овощей	200	2,5	7,4	13,03	240	30,80
Обед	452 о	Рыба , запеченная с томатами (горбуша )	100	12,32	5,6	4,25	122,1	99,50
	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>700</b>	<b>22,36</b>	<b>23,37</b>	<b>93,75</b>	<b>750,3</b>	<b>167,80</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>3595</b>	<b>121,67</b>	<b>129,96</b>	<b>512,22</b>	<b>3564,26</b>	<b>650,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.