



**Льготное питание ДМР
с 16 по 20 декабря 2024 г.**

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

Льготное питание 12-18 лет.				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
2 нед.	274 т	Зразы, рубленые с яйцом *	90	6,62	17,06	18,08	258,98	
6 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12	243,25	
Обед	106 п	Овощи натуральные (помидор)	25	0,33	0,6	1,14	7,2	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			510	32,8	32,09	108,86	678,83	100,00
Вторник								
2 нед.	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	
7 день	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	
Обед	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Кондитерское изделие*	20	6,3	6,8	31,4	102	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			530	24,16	26,22	97,6	631,3	100,00
Среда								
2 нед.	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	
8 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	
	309 т	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	25	0,33	0,6	1,14	7,2	
	342 т	Компот из свежих плодов или ягод *	200	1,5	0,3	15,9	108	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
	406 т	Пирожки печёные из дрожжевого теста с яблочным фаршем *	75	4,23	1,82	35,27	177	
Итого:			620	27,03	24,64	130,53	799,76	100,00
Четверг								
2 нед.								
9 день	395 п	Вареники с сырым картофелем и мясом	250	11,8	7,3	16,5	225,4	
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			495	13,96	9,82	44,3	346,95	100,00
Пятница								
2 нед.								
10 день	452 о	Рыба , запеченная с томатами * (горбуша)	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
Обед	304 т	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	209,7	
	54-4хз н	Перец болгарский в нарезке	20	0,39	0,05	1,47	7,71	
	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			520	20,25	16,02	82,19	518,01	100,00
Итого за неделю:			2750	111,97	110,27	454,11	3502,6	500,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С.В. 



**Льготное питание ДМР
с 23 по 27 декабря 2024 г.**

Льготное питание 12-18 лет.				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	454 л	Котлеты по - хлыновски	90	10,87	7,65	11,05	305,58	
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	309	Макаронные изделия отварные *	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с *	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			550	20,67	18,47	81,01	678,14	100,00
Вторник								
1 нед.	292 т	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек) *	240	16,98	15,02	26,8	378,4	
2 день	106 п	Овощи натуральные (огурец)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	
Обед	494 п	Чай с лимоном *	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с *	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			520	21,12	20,05	67,35	561,1	100,00
Среда								
1 нед.	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	100	10,4	10,9	10	230	
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
	342 т	Компот из свежих плодов или ягод *	200	1,5	0,3	15,9	108	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			530	24,34	23,01	91,92	718,66	100,00
Четверг								
1 нед.								
4 день	265 т	Плов (свинина)	240	16,1	16,2	49,9	454,05	
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			520	20,24	21,23	90,25	635,75	100,00
Пятница								
1 нед.								
5 день	261 т	Печень,тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	
	494 п	Чай с лимоном *	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
	1022 о	Курник *	100	5,5	8,08	37,76	251,1	
Итого:			630	25,6	27,51	123,58	908,95	100,00
Итого за неделю:			2750	111,97	110,27	454,11	3502,6	500,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С.В. 