




**Льготное питание ОБЗ 12-18 лет.
с 16 по 20 декабря 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				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)	100	14,03	1,21	33,12	170	
Обед	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	
Полдник								
	пром. п	Кондитерское изделие*	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			635	30,84	29,57	111,06	847,28	94,00
Вторник								
2 нед.	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	
7 день	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Обед		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	548 п	Сосиска, запечённая в тесте *	60	12,36	16,08	37,2	343,2	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			725	28,26	32,98	105,4	869,95	94,00
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	
Обед	309 т	Макаронные изделия отварные	100	5,52	4,5	26,44	168,45	
	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	
Полдник								
	406 т	Пирожки печёные из дрожжевого теста с яблочным фаршем *	75	4,23	1,82	35,27	177	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			720	23,5	21,24	131,19	745,81	94,00
Четверг								
9 день	395 п	Вареники с сыром картофелем и мясом	200	11,8	7,3	16,5	225,4	
Обед	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	2,3	58,75	
Полдник								
	пром. п	Кондитерское изделие*	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Итого:			645	21,99	18,6	66,36	643,7	94,00
Пятница								
10 день	452 о	Рыба , запеченная с томатами	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
Обед	304 т	Рис отварной	100	3,64	5,37	36,67	209,7	
	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	
Полдник								
	пром.прс	Снек с мясом *	90	2,48	8,4	30,8	251	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			715	20,54	21,87	114,02	761,55	94,00
Итого:			3440	125,13	124,26	528,03	3868,29	470,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



**Льготное питание ОБЗ 12-18 лет.
с 23 по 27 декабря 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				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	100	3,67	3,01	17,63	112,3	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	2,3	58,75	
Полдник								
	938 о	Маффин шоколадный *	50	1,5	7,4	20	152,5	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			695	18,19	21,28	83,76	768,54	94,00
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	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
Обед		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	1033 о	Пирожок с зеленым луком и яйцом *	75	4,89	5,89	24,75	171,8	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			740	23,97	23,41	93,85	728,95	94,00
Среда								
1 нед.	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	50	5,2	5,45	5	115	
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	11,46	8,12	51,52	325	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	2,3	58,75	
Полдник								
	пром. произ	Снек с шоколадом *	90	2,48	8,4	30,8	251	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			695	21,29	25,19	122,4	889,16	94,00
Четверг								
4 день	265 т	Плов (свинина)	240	16,1	16,2	49,9	454,05	
Обед	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	2,3	58,75	
Полдник								
	пром. п	Кондитерское изделие*	20	6,3	6,8	31,4	102	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом *	200	0,1		15	60	
Итого:			685	24,5	25,5	113,6	734,8	94,00
Пятница								
1 нед.								
5 день	261 т	Печень,тушенная в соусе сметанном с	100	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	312 т	Пюре картофельное	100	2,04	3,2	13,62	91,5	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	2,3	58,75	
Полдник								
	1022 о	Курник *	100	5,5	8,08	37,76	251,1	
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом *	200	0,1		15	60	
Итого за день:			725	22,45	22,81	108,13	787,25	94,00
Итого:			3540	110,4	118,19	521,74	3908,7	470,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____