



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



Платное питание с 23 по 25 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.	54-9 с	Суп картофельный с фасолью	150	1,21	3,85	5,89	169,01	13,00
1 день	260 т	Гуляш	80	5,2	5,45	0	115	43,00
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	6,05	3,01	2,36	120,65	11,70
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	7,2	12,00
	349 м	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	115,63	6,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
Итого:			610	17,25	17,46	63,64	644,99	91,20
полдник	*	Кондитерское изделие	1 шт/40	6	6,35	13,52	225,1	36
	348 т*	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,78	0,05	27,63	114,8	10
Итого:			200	6,78	6,4	41,15	339,9	46,00
Итого за день:			400	7,56	6,45	68,78	454,7	137,20
Вторник								
1 нед.	149 п	Суп картофельный с фрикадельками	150	2,32	5,12	11,65	144,2	17,00
2 день	292 т *	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек)	130	9,19	8,13	9,09	146,45	67,00
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,24	0,03	0,75	4,2	6,80
	503 п *	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200	1,4	0	29	122	11,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
Итого:			550	16,95	18,28	75,09	534,35	106,80
полдник	1033 о *	Пирожок с луком и яйцом	75	4,89	5,89	24,75	171,8	18,00
	1008 о *	Напиток витаминный	200	0,5	0,1	17,4	74	10,00
Итого:			275	5,39	5,99	42,15	245,8	28,00
Итого за день:			475	5,89	6,09	59,55	319,8	134,80
Среда								
1 нед.	142 п	Щи из свежей капусты и картофеля	150	2,7	3,45	2,67	104,6	13,00
3 день	454 л	Котлеты по - хлыновски	60	7,2	15,76	7,36	203,72	37,00
	456 п	Соус красный основной	30	0,43	0,72	2,78	19,41	2,00
	309 т *	Макароны отварные с маслом	100	5,51	4,51	12,44	138,45	12,40
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	7,2	12,00
	348 т *	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,78	0,05	27,63	114,8	10,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
Итого:			620	20,75	29,55	78,62	705,68	91,40
полдник	1124 к *	Струдель	75	2,48	8,4	30,8	251	17,00
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод	200	1,5	0,3	15,9	108	7,50
Итого:			1305	35,58	48,59	193,91	1462,04	24,50
Итого за день:			1505	37,08	48,89	209,81	1570,04	115,90

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 