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

Льготное питание ДМС 12-18 лет
с 17 по 21 марта 2025 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва бел-ки	жи-ры	углеводы	Энергетическая ценность	цена
		Понедельник						
1 нед .	285 т*	Макаронник с мясом	240	30,42	42,44	35,45	470,25	
1 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	
Итого за день:			**465**	**32,42**	**44,94**	**62,75**	**589**	**78,00**
		Вторник						
1 нед .	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
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	
Итого за день:			**465**	**15,8**	**16,9**	**53,2**	**466,75**	**78,00**
		Среда						
1 нед .	279 т*	Тефтели	110	6,96	16,11	11,61	223	
3 день	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	8,59	6,09	38,64	243,75	
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	
Итого за день:			**435**	**17,55**	**24,7**	**77,55**	**585,5**	**78,00**
		Четверг						
1 нед .	334 п*	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84	
4 день	304 т*	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
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	
Итого:			**425**	**20,23**	**13,38**	**57,25**	**418,39**	**78,00**
		Пятница						
1 нед .	280/3	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	
5 день	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
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	
Итого:			**480**	**20,33**	**16,03**	**78,19**	**553,1**	**78,00**
Итого за день:			**2270**	**106,33**	**115,95**	**328,94**	**2612,74**	**390,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____