



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

Льготный обед 7-11 лет с 17 по 21 марта 2025 г.

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена	
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды			
Понедельник									
1 нед.	285	Макаронник с мясом	240	30,42	42,44	35,45	470,25		
1 день	107 п	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,5	8,4		
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:				525	32,9	45	64,25	597,4	78,00
Вторник									
1 нед.	*	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348		
2 день	465 п	Маринад овощной со свеклой	60	0,66	5,45	4,46	69,54		
Обед	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61		
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75		
Итого:				525	16,46	22,35	57,86	537,29	78,00
Среда									
1 нед.	279 т*	Тефтели	110	6,96	16,11	11,61	223		
3 день	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75		
Обед	115 п*	Икра кабачковая пром пр.	60	1,14	5,34	4,62	27,96		
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8		
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75		
Итого:				545	19,25	30,13	99,18	686,26	78,00
Четверг									
1 нед.									
4 день	334 п*	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84		
Обед	304 т*	Рис отварной	150	2,43	3,58	24,45	139,8		
	306 т	Бобовые отварные	60	1,73	1,63	3,47	35,52		
	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:				535	21,96	15,01	60,72	453,91	78,00
Пятница									
1 нед.	80/331	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	463 п	Маринад овощной с томатом	60	1,18	5,45	5,39	35,52		
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61		
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75		
Итого:				540	21,51	21,48	83,78	589,62	78,00
Итого за неделю:				2670	112,08	133,97	365,79	2864,48	390,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 