


**Льготное питание ОБЗ 12-18 лет
с 17 по 19 марта 2025 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	285 г*	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	
Полдник								
	640 п*	Крендель сахарный	75	1,5	1,3	15,9	299	
	493 п*	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
			740	34,02	46,24	93,65	948	98,00
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	
Полдник								
	пром. пр	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:			685	23,99	25,7	85,76	766,3	98,00
Среда								
1 нед.	279 г*	Тефтели	110	6,96	16,11	11,61	223	
3 день	302 г	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	50	3,8	5	24,6	117,5	
Полдник								
	573 п*	«Гребешок» из дрожжевого теста	60	6	3,9	49,4	257	
	493 п*	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			720	25,55	31,1	154,25	961,25	98,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____ 



**Льготное питание ОВЗ 12-18 лет
с 20 по 21 марта 2025 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
		Четверг						
4 день	334 п*	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84	
Обед	304 т*	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
	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	
Полдник								
	пром. пр	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	28,42	22,18	89,81	717,94	98,00
1 нед .		Пятница						
5 день	80/331 т	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	150	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								
	564 п *	Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Итого за день:	740	24,93	23,83	129,39	846,1	98,00
		Суббота						
1 нед .	599 о*	Курица в сырном соусе	100	7,38	5,78	12,84	133	
6 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	
Полдник								
	570 п*	Сдоба обыкновенная	60	5,1	2,8	35,3	187	
	493 п*	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Итого:	685	23,17	17,17	129,08	742,5	98,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____