



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

### Льготное питание ОБЗ с 13 по 18 мая 2024 г.

12-18 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
1 нед.	294 т	Котлеты, биточки рубленые из птицы или кролика *	90	15,7	15,08	14,65	257,4	57,00
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,43	0,12	2,77	19,41	2,00
Обед	309 м	Макаронные изделия отварные *	150	5,55	4,51	26,44	168,45	14,00
	115 п	Икра кабачковая	15	0,19	0,88	0,76	11,89	6,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	3,00
		Хлеб иод. I с *	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>23,87</b>	<b>20,79</b>	<b>71,92</b>	<b>575,9</b>	<b>84,00</b>
полдник	922 о	Кекс с шоколадом *	75	3	14,8	40	305	24,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,4	0,27	17,2	72,8	3,00
<b>Итого:</b>			<b>275</b>	<b>3,4</b>	<b>15,07</b>	<b>57,2</b>	<b>377,8</b>	<b>27,00</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед.	280/331 т	Фрикадельки в соусе	140	10,82	25,76	15,08	339,88	62,00
2 день	312 м	Пюре картофельное *	150	3,06	4,8	20,4	137,25	18,50
Обед	306 т	Бобовые отварные (Горошек зеленый консерви)	10	0,28	2,72	5,78	59,2	6,00
	494 п	Чай с лимоном *	200	1,4	3,8	3,7	55	5,00
		Хлеб иод. I с *	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>17,46</b>	<b>37,28</b>	<b>57,26</b>	<b>650,08</b>	<b>93,50</b>
полдник	548 п	Сосиска, запечённая в тесте *	80	8,24	10,72	24,8	228,8	21,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,4	0,27	17,2	72,8	3,00
<b>Итого:</b>			<b>280</b>	<b>8,64</b>	<b>10,99</b>	<b>42</b>	<b>301,6</b>	<b>24,00</b>
<b>Среда</b>								
1 нед.	599 о	Фрикасе из курицы *	150	13,79	18,15	7,33	247,8	74,00
3 день	302 м	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	14,00
	463 п	Маринад овощной с томатом	30	0,39	1,81	1,79	25,1	4,00
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	7,00
		Хлеб иод. I с *	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>24,83</b>	<b>26,41</b>	<b>87,94</b>	<b>690</b>	<b>101,00</b>
полдник	549 п	Пицца Школьная *	100	10,2	10,8	30,2	259	46,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,4	0,27	17,2	72,8	3,00
<b>Итого:</b>			<b>300</b>	<b>10,6</b>	<b>11,07</b>	<b>47,4</b>	<b>331,8</b>	<b>49,00</b>
<b>Четверг</b>								
1 нед.								
4 день	265 т	Плов ( свинина )	280	23,55	52,58	48,32	761,6	80,00
Обед	107 п	Овощи натуральные соленые	20	0,16	0,02	0,5	2,8	7,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	3,00
		Хлеб иод. I с *	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>25,71</b>	<b>52,8</b>	<b>76,12</b>	<b>883,15</b>	<b>92,00</b>
полдник	480 т	Самса с мясом *	90	13,17	19,07	26,32	331,8	47,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,4	0,27	17,2	72,8	3,00
<b>Итого:</b>			<b>290</b>	<b>13,57</b>	<b>19,34</b>	<b>43,52</b>	<b>404,6</b>	<b>50,00</b>
<b>Пятница</b>								
1 нед.								
5 день	372 л	Рыба по - русски *	120	19,49	13,5	7,69	229,48	50,00
Обед	312 т	Пюре картофельное *	150	3,06	4,8	20,43	137,25	18,50
	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,33	2,71	2,22	34,75	4,00
	494 п	Чай с лимоном *	200	1,4	3,8	3,7	55	5,00
		Хлеб иод. I с *	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>26,18</b>	<b>25,01</b>	<b>46,34</b>	<b>515,23</b>	<b>79,50</b>
полдник	554 п	Булочка «Пермская» с повидлом (Круассан)	75	4,8	9,4	39	260	22,00
	493 п	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,4	0,27	17,2	72,8	3,00
<b>Итого:</b>			<b>275</b>	<b>5,2</b>	<b>9,67</b>	<b>56,2</b>	<b>332,8</b>	<b>25,00</b>
<b>Суббота</b>								
1 нед.								
6 день	580 о	Гуляш из мяса птицы *	100	11,32	11,24	3,41	159,23	62,00
Обед	242 п	Каша перловая, рассыпчатая	150	6,88	10,09	47,21	209,25	12,50
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	7,00
		Хлеб иод. I с *	25	1,9	0,2	12,3	58,75	2,00
	1013 о	Плюшка "Московская" *	50	3,5	3,7	21	131	6,50
<b>Итого:</b>			<b>525</b>	<b>23,76</b>	<b>25,39</b>	<b>111,8</b>	<b>672,83</b>	<b>90,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. \_\_\_\_\_