



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

### Платное питание с 13 по 15 мая 2024 г.

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Понедельник</b>								
1 нед .	96 т	Рассольник «Ленинградский»	150	1,3	1,8	8,8	56,6	15,50
1 день	294 м	Котлеты, биточки рубленые из птицы или кролика *	60	10,47	10,05	9,8	171,4	38,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,43	0,72	2,78	19,41	2,00
	309 м	Макаронные изделия отварные *	100	3,7	3,01	17,63	112,3	10,00
	115 п	Икра кабачковая	15	0,29	1,33	1,15	17,85	6,00
	1008 к	Напиток лимонный *	200	0,3	0,2	25,1	103	10,00
		Хлеб иод.1 с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
<b>Итого:</b>			<b>605</b>	<b>20,29</b>	<b>17,51</b>	<b>89,86</b>	<b>598,06</b>	<b>85,50</b>
полдник	590 п	Печенье *	100	7,5	9,8	74,4	417	28
	388 т	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	10
<b>Итого:</b>			<b>300</b>	<b>8,18</b>	<b>10,08</b>	<b>95,16</b>	<b>505,2</b>	<b>38,00</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>500</b>	<b>8,86</b>	<b>10,36</b>	<b>115,92</b>	<b>593,4</b>	<b>123,50</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед .	82 п	Борщ с капустой и картофелем	150	1,08	2,95	6,6	62,25	18,00
2 день	200/551	Фрикадельки в соусе	80	5,3	12,8	8,08	170,66	33,00
Обед	312 м	Пюре картофельное *	100	2,04	3,2	13,62	91,5	11,60
	306 м	Бобовые отварные (Горошек зеленый консервированный)	15	0,43	0,4	0,87	8,9	10,00
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод(яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	7,00
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
<b>Итого:</b>			<b>595</b>	<b>12,81</b>	<b>19,91</b>	<b>81,65</b>	<b>565,41</b>	<b>83,60</b>
полдник	548 п	Сосиска, запечённая в тесте *	80	8,24	10,72	24,8	228,8	21,00
	348 т	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,78	0,05	27,63	114,8	13,00
<b>Итого:</b>			<b>280</b>	<b>9,02</b>	<b>10,77</b>	<b>52,43</b>	<b>343,6</b>	<b>34,00</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>480</b>	<b>9,8</b>	<b>10,82</b>	<b>80,06</b>	<b>458,4</b>	<b>117,60</b>
<b>Среда</b>								
1 нед .	113	Суп лапша домашняя *	150	1,53	3,32	6,97	69,45	9,40
3 день	614 о	Котлеты, рубленые из птицы с молочным соусом *	100	8,36	12,02	14,92	241	56,40
	456 п	Соус красный основной	50	0,72	0,21	4,63	32,35	2,00
	302 т	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	10,00
	463 п	Маринад овощной с томатом	20	0,39	1,81	1,79	25,1	5,00
	1008 о	Напиток витаминный	200	0,68	0,28	20,76	88,2	10,00
		Хлеб иод.1 с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
<b>Итого:</b>			<b>670</b>	<b>21,21</b>	<b>22,1</b>	<b>99,43</b>	<b>736,1</b>	<b>96,80</b>
полдник	99 с	Лепёшки сметанные *	70	8,12	17,5	21,44	205,08	15,00
	516 п	Кефир, ряженка, йогурт.*	200	5,8	5	8	100	32,00
<b>Итого:</b>			<b>1360</b>	<b>46,45</b>	<b>51,36</b>	<b>206,41</b>	<b>1466,83</b>	<b>47,00</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1560</b>	<b>52,25</b>	<b>56,36</b>	<b>214,41</b>	<b>1566,83</b>	<b>143,80</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

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