



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

### Платное питание с 20 по 22 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>								
2 нед .	152 п	Уха с крупой (горбуша) *	150	3,9	1,482	8,622	63,45	17,90
6 день	297 т	Фрикадельки из кур *	90	12,34	18,43	7,3	244,8	35,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,43	0,72	2,78	19,41	2,00
	302 м	Каша рассыпчатая гречневая	100	5,73	4,06	25,76	162,5	10,00
	306 м	бобовые отварные (Горшок зеленый)	15	0,43	0,4	0,87	8,9	10,00
	348 т	Компот из плодов или ягод сушеных (курага)	200	0,78	0,05	27,63	114,8	13,00
		Хлеб иод. I с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
<b>Итого:</b>			<b>635</b>	<b>27,41</b>	<b>25,542</b>	<b>97,562</b>	<b>731,36</b>	<b>91,90</b>
полдник	588 п	Вафли *	60	1,12	1,32	30,92	140	28,00
	388 т	Напиток из плодов шиповника	200	0,68	0,28	20,76	88,2	10,00
<b>Итого:</b>			<b>260</b>	<b>1,8 *</b>	<b>1,6</b>	<b>51,68</b>	<b>228,2</b>	<b>38,00</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>460</b>	<b>2,48</b>	<b>1,88</b>	<b>72,44</b>	<b>316,4</b>	<b>129,90</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед .	99 т	Суп из овощей	150	1,6	1,7	10,47	70,95	16,00
7 день	454 л	Котлеты по - хлыновски	50	6,04	13,14	6,14	169,77	30,00
Обед	199	Пюре из бобовых с маслом (горох)	100	9,09	4,57	23,35	170	7,50
	465 п	Маринад овощной со свеклой	35	0,388	3,17	2,6	40,56	5,00
	349 т	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	20,01	172,63	7,00
		Хлеб иод. I с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
<b>Итого:</b>			<b>585</b>	<b>21,578</b>	<b>23,07</b>	<b>87,17</b>	<b>741,41</b>	<b>69,50</b>
полдник	548 п	Сосиска, запечённая в тесте *	80	8,24	10,72	24,8	228,8	21,00
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,16	0,16	27,88	114,6	7,00
<b>Итого:</b>			<b>280</b>	<b>8,4</b>	<b>10,88</b>	<b>52,68</b>	<b>343,4</b>	<b>28,00</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>480</b>	<b>8,56</b>	<b>11,04</b>	<b>80,56</b>	<b>458</b>	<b>97,50</b>
<b>Среда</b>								
2 нед .	236 о	Суп Бразильский	100	1,302	2,67	7,212	33,95	19,00
8 день	255 т	Печень по – Строгоновски	100	13,26	11,23	3,52	185	50,00
	312 м	Пюре картофельное *	100	2,04	3,2	13,62	91,5	11,60
	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. I с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
<b>Итого:</b>			<b>565</b>	<b>20,992</b>	<b>19,03</b>	<b>75,202</b>	<b>548,8</b>	<b>100,60</b>
полдник	922 о	Кекс с шоколадом *	75	3	14,8	40	305	24,00
	516 п	Кефир, ряженка, йогурт.*	200	5,8	5	8	100	32,00
<b>Итого:</b>			<b>1205</b>	<b>36,222</b>	<b>43,96</b>	<b>187,672</b>	<b>1283,65</b>	<b>56,00</b>
<b>Итого за день:</b>			<b>1405</b>	<b>42,022</b>	<b>48,96</b>	<b>195,672</b>	<b>1383,65</b>	<b>156,60</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.