



Платное питание с 22 по 24 апреля 2024 г.

Приём пищи	№ ре-цеп-туры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергети- ческая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле- воды		
Понедельник								
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 (горошек зелёный)	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 iod. I с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
Итого:			635	27,41	25,542	97,562	731,36	91,90
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
Итого:			260	1,8	1,6	51,68	228,2	38,00
Итого за день:			460	2,48	1,88	72,44	316,4	129,90
Вторник								
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 iod. I с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
Итого:			585	21,578	23,07	87,17	741,41	69,50
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
Итого:			280	8,4	10,88	52,68	343,4	28,00
Итого за день:			480	8,56	11,04	80,56	458	97,50
Среда								
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 iod. I с *	50	3,8	0,4	24,6	117,5	4,00
Итого:			565	20,992	19,03	75,202	548,8	100,60
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
Итого:			1205	36,222	43,96	187,672	1283,65	56,00
Итого за день:			1405	42,022	48,96	195,672	1383,65	156,60

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.