



УТВЕРЖДАЮ

ИП Косухин С.В.

Косухин С.В.



**Льготное питание ОБЗ 12-18 лет.
с 15 по 16 апреля 2024 г.**

| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда гр. | Пищевые в-ва | | | Энергетическая ценность | цена |
|------------------------|-------------|--|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | | | | бел-ки | жи-ры | угле-воды | | |
| Понедельник | | | | | | | | |
| 1 нед. | 294 т | Котлеты, биточки рубленые из птицы или кролика * | 90 | 11,49 | 15,1 | 24,08 | 257,4 | |
| 1 день | 456 п | Соус красный основной | 50 | 0,72 | 0,21 | 4,63 | 32,35 | |
| Завтрак | 309 т | Макаронные изделия отварные * | 100 | 3,7 | 3,01 | 17,63 | 112,3 | |
| | 115 п | Икра кабачковая | 10 | 0,19 | 0,88 | 0,76 | 11,89 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| | | Хлеб ржано-пшеничный * | 50 | 3,3 | 0,6 | 17 | 90,5 | |
| 2 | | | | | | | | |
| Завтрак | | Печенье * | 20 | 1,5 | 1,96 | 14,88 | 83,4 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день : | | | 720 | 21,1 | 21,76 | 108,98 | 707,84 | 94,00 |
| 1 нед. | 294 т | Котлеты, биточки рубленые из птицы или кролика * | 90 | 11,49 | 15,1 | 24,08 | 257,4 | |
| 1 день | 456 п | Соус красный основной | 50 | 0,72 | 0,21 | 4,63 | 32,35 | |
| Обед | 309 м | Макаронные изделия отварные * | 100 | 3,7 | 3,01 | 17,63 | 112,3 | |
| | 115 п | Икра кабачковая | 10 | 0,19 | 0,88 | 0,76 | 11,89 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| | | Хлеб иод.1 с * | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 | |
| Полдник | | Печенье * | 20 | 1,5 | 1,96 | 14,88 | 83,4 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день: | | | 720 | 21,6 | 21,56 | 116,58 | 734,84 | 94,00 |
| Вторник | | | | | | | | |
| 1 нед. | 260 п | Каша Вязкая молочная «Дружба» (рис,пшено) * | 200 | 6,65 | 7,64 | 28,15 | 206,67 | |
| 2 день | 90 п | Бутерброд с сыром | 50 | 5,36 | 7,6 | 7,92 | 122,4 | |
| Завтрак | 494 п | Чай с лимоном * | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | |
| | | Хлеб ржано-пшеничный * | 50 | 1,65 | 0,3 | 8,5 | 45,25 | |
| Завтрак | 542 п | Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом * | 67 | 4,17 | 3,71 | 42,45 | 240,4 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день: | | | 767 | 18,03 | 19,25 | 117,22 | 735,72 | 94,00 |
| 1 нед. | 80/331 | Фрикадельки в соусе | 140 | 11,82 | 12,76 | 25,08 | 339,88 | |
| 2 день | 312 т | Пюре картофельное * | 100 | 2,04 | 3,2 | 13,62 | 91,5 | |
| Обед | 306 т | Бобовые отварные (Горошек зеленый консе | 10 | 0,28 | 2,72 | 5,78 | 59,2 | |
| | 494 п | Чай с лимоном * | 200 | 1,4 | 3,8 | 3,7 | 55 | |
| | | Хлеб иод.1 с * | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 | |
| Полдник | | Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом * | 67 | 4,17 | 3,71 | 42,45 | 240,4 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день: | | | 767 | 23,61 | 26,59 | 130,23 | 963,48 | 94,00 |

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____



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

Льготное питание **ОВЗ 12-18 лет.** с 17 по 18 апреля 2024 г.

| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда гр. | Пищевые в-ва | | | Энергетическая ценность | цена |
|------------------------|-------------|--|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | | | | бел-ки | жи-ры | угле-воды | | |
| Среда | | | | | | | | |
| 1 нед. | 614 о | Котлеты, рубленые из птицы с молочным соусом * | 100 | 8,06 | 12 | 14,82 | 241 | |
| 3 день | 456 п | Соус красный основной | 50 | 0,72 | 0,21 | 4,63 | 32,35 | |
| Завтрак | 302 т | Каша рассыпчатая гречневая | 100 | 5,73 | 4,06 | 25,76 | 162,5 | |
| | 463 п | Маринад овощной с томатом | 20 | 0,39 | 1,81 | 1,79 | 25,1 | |
| | 495 п | Чай с молоком * | 200 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 | |
| | | Хлеб ржано-пшеничный * | 50 | 3,3 | 0,6 | 17 | 90,5 | |
| 2 | | | | | | | | |
| Завтрак | 99 с | Лепёшки сметанные * | 70 | 8,12 | 17,5 | 21,44 | 205,08 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день : | | | 790 | 27,92 | 37,48 | 116,34 | 897,53 | 94,00 |
| 1 нед. | 614 о | Котлеты, рубленые из птицы с молочным соусом * | 100 | 8,36 | 12,02 | 14,92 | 241 | |
| 3 день | 456 п | Соус красный основной | 50 | 0,72 | 0,21 | 4,63 | 32,35 | |
| Обед | 302 т | Каша рассыпчатая гречневая | 100 | 5,73 | 4,06 | 25,76 | 162,5 | |
| | 463 п | Маринад овощной с томатом | 20 | 0,39 | 1,81 | 1,79 | 25,1 | |
| | 342 м | Компот из свежих плодов или ягод (яблоко) | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 | |
| | | Хлеб иод.1 с * | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 | |
| Полдник | 99 с | Лепёшки сметанные * | 70 | 8,12 | 17,5 | 21,44 | 205,08 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день: | | | 790 | 27,38 | 36,16 | 136,02 | 958,13 | 94,00 |
| Четверг | | | | | | | | |
| 1 нед. | 265 т | Плов (свинина) | 240 | 16,42 | 19,29 | 47,25 | 542,21 | |
| 4 день | 107 п | Овощи натуральные соленые | 10 | 0,08 | 0,01 | 0,25 | 1,4 | |
| Завтрак | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| | | Хлеб ржано-пшеничный * | 50 | 3,3 | 0,6 | 17 | 90,5 | |
| Завтрак | 555 п | Крендель сахарный * | 75 | 5,2 | 9,8 | 44,1 | 285 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день: | | | 775 | 25,2 | 29,7 | 138,6 | 1039,11 | 94,00 |
| 4 день | 265 т | Плов (свинина) | 240 | 16,42 | 19,29 | 47,25 | 542,21 | |
| Обед | 107 п | Овощи натуральные соленые | 10 | 0,08 | 0,01 | 0,25 | 1,4 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| | | Хлеб иод.1 с * | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 | |
| Полдник | 555 п | Крендель сахарный * | 75 | 5,2 | 9,8 | 44,1 | 285 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого: | | | 775 | 25,7 | 29,5 | 146,2 | 1066,11 | 94,00 |

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.



УТВЕРЖДАЮ
И.В. Косухин С.В.
Косухин С.В.



Льготное питание **ОВЗ 12-18 лет.** с 19 по 20 апреля 2024 г.

| Приём пищи | № рецептуры | Наименование блюда | Вес блюда гр. | Пищевые в-ва | | | Энергетическая ценность | цена |
|------------------------|-------------|---|---------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|--------------|
| | | | | бел-ки | жи-ры | угле-воды | | |
| 1 нед. | | Пятница | | | | | | |
| 5 день | 194 к | Каша манная с яблоками * | 200 | 9,43 | 7,31 | 6,32 | 291 | |
| Завтрак | 94 п | Бутерброд с маслом | 50 | 3,16 | 8,08 | 21,47 | 171,43 | |
| | 494 п | Чай с лимоном * | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | |
| | | Хлеб ржано-пшеничный * | 50 | 3,3 | 0,6 | 17 | 90,5 | |
| 2 | | | | | | | | |
| Завтрак | 579 п | Коржик молочный * | 60 | 4,1 | 7,3 | 39,3 | 239 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день : | | | 760 | 20,19 | 23,29 | 114,29 | 912,93 | 94,00 |
| 5 день | 372 л | Рыба по - русски * | 120 | 14,49 | 13,5 | 17,69 | 299,48 | |
| Обед | 312 т | Пюре картофельное * | 100 | 2,04 | 3,2 | 13,62 | 91,5 | |
| | 465 п | Маринад овощной со свеклой | 30 | 0,33 | 2,71 | 2,22 | 34,75 | |
| | 494 п | Чай с лимоном * | 200 | 0,1 | | 15,2 | 61 | |
| | | Хлеб иод.1 с * | 50 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 579 п | Коржик молочный * | 60 | 4,1 | 7,3 | 39,3 | 239 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день: | | | 760 | 24,96 | 27,11 | 127,63 | 903,23 | 94,00 |
| | | Суббота | | | | | | |
| 1 нед. | 580 о | Гуляш из мяса птицы * | 100 | 11,32 | 11,24 | 3,41 | 159,23 | |
| 6 день | 242 п | Каша перловая, рассыпчатая | 100 | 3,06 | 4,49 | 20,98 | 139,5 | |
| Завтрак | 495 п | Чай с молоком * | 200 | 1,5 | 1,3 | 15,9 | 81 | |
| | | Хлеб ржано-пшеничный * | 25 | 3,3 | 0,6 | 17 | 90,5 | |
| 2 | | | | | | | | |
| Завтрак | 1013 о | Плюшка "Московская" * | 50 | 3,5 | 3,7 | 21 | 131 | |
| | 493 п | Чай с сахаром, вареньем, мёдом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого за день: | | | 675 | 22,78 | 21,33 | 93,29 | 661,23 | 94,00 |
| 1 нед. | 580 о | Гуляш из мяса птицы * | 100 | 11,32 | 11,24 | 3,41 | 159,23 | |
| 6 день | 242 п | Каша перловая, рассыпчатая | 100 | 3,06 | 4,49 | 20,98 | 139,5 | |
| Обед | 342 м | Компот из свежих плодов или ягод (яблоко) * | 200 | 0,16 | 0,16 | 27,88 | 114,6 | |
| | | Хлеб иод.1 с * | 25 | 3,8 | 0,4 | 24,6 | 117,5 | |
| Полдник | | | | | | | | |
| | 1013 о | Плюшка "Московская" * | 50 | 3,5 | 3,7 | 21 | 131 | |
| | 493 п | Чай с вареньем ,сахаром или медом | 200 | 0,1 | | 15 | 60 | |
| Итого: | | | 675 | 21,94 | 19,99 | 112,87 | 721,83 | 94,00 |

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____