



УТВЕРЖДАЮ
ИИ Косухин С.В.
Косухин С.В.



**Льготный завтрак 7-11 лет.
с 31 марта по 04 апреля 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецеп-	Наименование блюда	Вес блюда	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	120 т *	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,35	9	24,7	197,73	
1 день	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
Завтрак	493 п *	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			510	17,03	17,02	67,72	530,7	78,00
Вторник								
1 нед.	181 т *	Каша манная молочная жидкая	200	7,9	10,2	11,3	263,65	
2 день	1013 о *	Плюшка «Московская»	75	8,62	6,75	35,22	291,22	
Завтрак	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			500	17,46	17,61	69,13	650,35	88,00
Среда								
1 нед.	394 т *	Вареники с творогом	150	10,48	5,05	9,36	297,75	
3 день	4-9 нии	Соус клюквенный	40	0	0	4,6	18,64	
Завтрак	94 п *	Бутерброд с маслом	60	3,8	9,7	25,78	205,8	
	495 п *	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			500	17,46	17,37	70,46	672,16	88,00
Четверг								
1 нед.								
4 день	260 п *	Каша «Дружба»	200	10,6	10,9	27,7	408,5	
Завтрак	564 п *	Булочка «Домашняя»	75	5,65	7,8	17,8	165,96	
	493 п *	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Итого:			500	17,19	19,36	67,91	668,94	88,00
Пятница								
1 нед.								
5 день	256 п *	Каша молочная пшеничная жидкая	200	7,4	10,5	28,5	243	
Завтрак	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			510	18,08	18,52	71,72	576,97	88,00
Итого за неделю:			2520	87,22	89,88	346,94	3099,12	430,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____



**Льготный обед 7-11 лет.
с 31 марта по 04 апреля 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	285	Макаронник с мясом	240	30,42	42,44	35,45	470,25	
1 день	107 п	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			525	32,9	45	64,25	597,4	78,00
Вторник								
	113 т *	Суп - лапша домашняя	200	6,3	2,2	33,09	174,97	
1 нед.	*	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
2 день	465 п	Маринад овощной со свеклой	60	0,66	5,45	4,46	69,54	
Обед	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			725	22,76	24,55	90,95	712,26	88,00
Среда								
	142 п *	Щи из свежей капусты с картофелем	200	3,67	2,29	3,43	124,83	
1 нед.	279 т *	Тефтели	110	7,96	7,11	5,61	223	
3 день	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
Обед	115 п *	Икра кабачковая пром пр.	60	1,14	5,34	4,62	27,96	
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			745	23,92	23,42	96,61	811,09	88,00
Четверг								
	173 т *	Рассольник по- россашенски	200	2,39	8,21	13,22	158,6	
4 день	334 п *	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	29,5	259,84	
Обед	304 т *	Рис отварной	150	2,43	3,58	24,45	139,8	
	306 т	Бобовые отварные	60	1,73	1,63	3,47	35,52	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			735	24,35	23,22	97,94	712,51	88,00
Пятница								
	131 п *	Свекольник	200	2,4	3,5	12,3	193,77	
1 нед.	80/331	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	
5 день	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
Обед	463 п	Маринад овощной с томатом	60	1,18	5,45	5,39	35,52	
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			740	23,91	24,98	96,08	783,39	88,00
Итого за неделю:			3470	127,84	141,17	445,83	3616,65	430,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



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



**Льготное питание ОБЗ 7-11 лет
с 31 марта по 01 апреля 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	120 т *	Суп молочный с макаронными изделиями	200	6,35	9	24,7	197,73	
1 день	90 п *	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
Завтрак	493 п *	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
2								
Завтрак	640 п *	Крендель сахарный	75	1,5	1,3	15,9	299	
	493 п *	Чай с вареньем, сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			785	18,63	18,32	98,62	889,7	98,00
1 нед.	285	Макаронник с мясом	240	30,42	42,44	35,45	470,25	
1 день	107 п	Овощи натуральные соленые	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
Обед	493 п *	Чай с вареньем, сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод. I с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник	640 п *	Крендель сахарный	75	1,5	1,3	15,9	299	
	493 п *	Чай с вареньем, сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			800	34,5	46,3	95,15	956,4	98,00
Вторник								
1 нед.	181 т *	Каша манная молочная жидкая	200	7,9	10,2	11,3	263,65	
2 день	1013 о *	Плюшка «Московская»	75	8,62	6,75	35,22	291,22	
Завтрак	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
2 Завтрак	ром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем, сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			720	25,65	26,41	101,69	949,9	108,00
	113 т *	Суп - лапша домашняя	200	6,3	2,2	33,09	174,97	
1 нед.	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
2 день	465 п	Маринад овощной со свеклой	60	0,66	5,45	4,46	69,54	
Обед	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод. I с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник	ром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем, сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			945	30,95	33,35	123,51	1011,81	108,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____



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

**Льготное питание ОВЗ 7-11 лет.
с 02 по 03 апреля 2025 г.**

7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Среда								
1 нед.	394 т *	Вареники с творогом	150	10,48	5,05	9,36	297,75	
3 день	1-9 нии	Соус клюквенный	40	0	0	4,6	18,64	
Завтрак	94 п *	Бутерброд с маслом	60	3,8	9,7	25,78	205,8	
	495 п *	Чай с молоком	200	1,5	1,3	15,9	81	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
2								
Завтрак	573 п *	«Гребешок» из дрожжевого теста	60	6	3,9	49,4	257	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			760	23,56	21,27	134,86	989,16	108,00
	142 п *	Щи из свежей капусты с картофелем	200	3,67	2,29	3,43	124,83	
1 нед.	279 т *	Тефтели	110	7,96	7,11	5,61	223	
3 день	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
Обед	115 п *	Икра кабачковая пром пр.	60	1,14	5,34	4,62	27,96	
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	
	*	Хлеб иод. I с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	573 п *	«Гребешок» из дрожжевого теста	60	6	3,9	49,4	257	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			1005	30,02	27,32	161,01	1128,09	108,00
Четверг								
1 нед.	260 п *	Каша «Дружба»	200	10,6	10,9	27,7	408,5	
4 день	564 п *	Булочка «Домашняя»	75	5,65	7,8	17,8	165,96	
Завтрак	493 п *	Чай с сахаром, вареньем, мёдом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
Завтрак	ром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			720	25,38	28,16	100,47	968,49	108,00
	173 т *	Рассольник по- россашенски	200	2,39	8,21	13,22	158,6	
4 день	334 п *	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	29,5	259,84	
Обед	304 т *	Рис отварной	150	2,43	3,58	24,45	139,8	
	306 т	Бобовые отварные	60	1,73	1,63	3,47	35,52	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод. I с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	пром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого:			955	32,54	32,02	130,5	1012,06	108,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.



УТВЕРЖДАЮ
ИИ Косухин С.В.
Косухин С.В.

Льготное питание ОБЗ 7-11 лет.
на 04 апреля 2025 г.



7-11 лет				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
1 нед.		Пятница						
5 день	256 п*	Каша молочная пшеничная жидкая	200	7,4	10,5	28,5	243	
Завтрак	90 п*	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
2								
Завтрак	564 п*	Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233	
	493 п*	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день :			770	22,68	26,32	122,92	869,97	108,00
	131 п*	Свекольник	200	2,4	3,5	12,3	193,77	
1 нед.	80/331	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	
5 день	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
Обед	463 п	Маринад овощной с томатом	60	1,18	5,45	5,39	35,52	
	494 п*	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	564 п*	Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233	
	493 п*	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			1000	28,51	32,78	147,28	1076,39	108,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В.



**Льготное питание ОВЗ 12-18 лет.
с 31 марта по 02 апреля 2025 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	285 т*	Макаронник с мясом	240	30,42	42,44	35,45	470,25	
1 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	640 п *	Крендель сахарный	75	1,5	1,3	15,9	299	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
			740	34,02	46,24	93,65	948	98,00
Вторник								
1 нед.	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
2 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед		Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	пром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			685	23,99	25,7	85,76	766,3	98,00
Среда								
1 нед.	279 т*	Тефтели	110	6,96	16,11	11,61	223	
3 день	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	8,59	6,09	38,64	243,75	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Полдник								
	573 п*	«Гребешок» из дрожжевого теста	60	6	3,9	49,4	257	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Итого за день:			720	25,55	31,1	154,25	961,25	98,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____



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

**Льготное питание ОБЗ 12-18 лет .
с 03 по 04 апреля 2025 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
		Четверг						
4 день	334 п*	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84	
Обед	304 т*	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	пром. пр	Кондитерское изделие	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Итого:	645	28,42	22,18	89,81	717,94	98,00
1 нед .		Пятница						
5 день	80/331	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	100	5,52	4,5	26,44	168,45	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	564 п *	Булочка домашняя	60	4,5	7,8	36,2	233	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Итого за день:	690	24,93	23,83	129,39	846,1	98,00
		Суббота						
1 нед .	599 о*	Курица в сырном соусе	100	7,38	5,78	12,84	133	
6 день	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	8,59	6,09	38,64	243,75	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник								
	570 п*	Сдоба обыкновенная	60	5,1	2,8	35,3	187	
	493 п*	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Итого:	685	23,17	17,17	129,08	742,5	98,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



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



**Льготное питание ДМС 12-18 лет.
с 31 марта по 04 апреля 2025 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								
1 нед .	285 т*	Макаронник с мясом	240	30,42	42,44	35,45	470,25	
1 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед		Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого за день:			465	32,42	44,94	62,75	589	78,00
Вторник								
1 нед .	407 п *	Рагу из птицы	240	13,8	14,4	25,9	348	
2 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед		Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого за день:			465	15,8	16,9	53,2	466,75	78,00
Среда								
1 нед .	279 т*	Тефтели	110	6,96	16,11	11,61	223	
3 день	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	8,59	6,09	38,64	243,75	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого за дець:			435	17,55	24,7	77,55	585,5	78,00
Четверг								
1 нед .	334 п*	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84	
4 день	304 т*	Рис отварной	100	2,43	3,58	24,45	139,8	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			425	20,23	13,38	57,25	418,39	78,00
Пятница								
1 нед .	280/3	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	
5 день	309 *	Макаронные изделия отварные	100	5,52	4,5	26,44	168,45	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод. 1 с	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Итого:			430	20,33	16,03	78,19	553,1	78,00
Итого за день:			2220	106,33	115,95	328,94	2612,74	390,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



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

**Льготное питание ДМР
с 31 марта по 04 апреля 2025 г.**

Льготное питание 12-18 лет.				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	404 о *	Паста « Болоньезе »	300	35,58	49,64	41,46	550	
1 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			550	39,48	54,64	81,06	727,5	100,00
Вторник								
1 нед.	407 п *	Рагу из птицы	280	13,8	14,4	25,9	348	
2 день	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
Обед	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			530	17,7	19,4	65,5	525,5	100,00
Среда								
1 нед.	279 т	Тефтели	90	10,4	10,9	10	230	
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			520	22,94	22,71	91,02	670,66	100,00
Четверг								
1 нед.	334 п *	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84	
4 день	304 т *	Рис отварной	150	2,43	3,58	24,45	139,8	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			500	22,13	15,88	69,55	477,14	100,00
Пятница								
1 нед.	80/331	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	
5 день	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			505	22,23	18,53	90,49	611,85	100,00
Итого за неделю:			2605	124,48	131,16	397,62	3012,65	500,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



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



Меню № 2
с 31 марта по 04 апреля 2025 г.

Платное питание 12-18 лет. 105 руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	404 о *	Паста «Болоньезе»	300	35,58	49,64	41,46	550	107,00
1 день	107 п	Овощи натуральные соленые	10	0,08	0,01	0,25	1,4	4,20
Обед	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	3,50
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			560	39,56	54,65	81,31	728,9	120,70
Вторник								
1 нед.	407 п *	Рагу из птицы	280	13,8	14,4	25,9	348	111,00
2 день	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,66	5,45	4,46	69,54	6,00
Обед	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			560	18,36	24,85	70,16	596,04	128,50
Среда								
1 нед.	279 т	Тефтели	90	10,4	10,9	10	230	48,00
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,50
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	17,00
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	6,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			520	23,5	22,8	108,03	743,46	79,50
Четверг								
1 нед.	334 п*	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84	77,00
4 день	304 т*	Рис отварной	150	2,43	3,58	24,45	139,8	24,50
Обед	306 т	Бобовые отварные	10	1,73	1,63	3,47	35,52	9,40
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	3,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			510	23,86	17,51	73,02	512,66	120,40
Пятница								
1 нед.	80/331 т	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	44,40
5 день	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	20,00
Обед	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			505	22,23	18,53	90,69	612,85	75,90
Итого за неделю:			2655	127,51	138,34	423,21	3193,91	525,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



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

Меню № 3
с 31 марта по 04 апреля 2025 г.



Платое питание 12-18 лет. 130руб				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	угле-воды		
Понедельник								
1 нед.	82 т *	Борщ с капустой и картофелем	200	1,44	3,93	8,7	83	26,00
1 день	404 о *	Паста « Болоньезе »	300	35,58	49,64	41,46	550	107,00
Обед	107 п	Овощи натуральные соленые	10	0,08	0,01	0,25	1,4	4,20
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	3,50
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			760	41	58,58	90,01	811,9	146,70
Вторник								
1 нед.	113 т *	Суп - лапша домашняя	200	3,6	4,9	31,09	134,97	10,80
2 день	407 п *	Рагу из птицы	280	13,8	14,4	25,9	348	111,00
Обед	465 п	Маринад овощной со свеклой	30	0,66	5,45	4,46	69,54	6,00
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			760	21,96	29,75	101,25	731,01	139,30
Среда								
1 нед.	142 п	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,67	4,29	17,43	124,83	26,00
3 день	279 т	Тефтели	90	10,4	10,9	10	230	48,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,50
	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	17,00
	349 т *	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	32,01	132,8	6,00
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			720	25,17	27,09	125,46	868,29	105,50
Четверг								
1 нед.	173 т*	Рассольник по- россашенски	200	4,39	4,21	13,22	118,6	23,80
4 день	334 п*	Рыба , тушенная в томате с овощами	100	15,8	7,3	5,5	159,84	77,00
Обед	304 т*	Рис отварной	150	2,43	3,58	24,45	139,8	24,50
	306 т	Бобовые отварные	10	1,73	1,63	3,47	35,52	9,40
	493 п *	Чай с вареньем ,сахаром или медом	200	0,1		15	60	3,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			710	28,25	21,72	86,24	631,26	144,20
Пятница								
1 нед.	131 п *	Свекольник	200	2,4	4,5	9,3	93,77	38,40
5 день	80/331т	Фрикадельки в соусе	105	12,81	9,03	24,45	265,9	44,40
Обед	309 *	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	20,00
	494 п *	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	5,50
	*	Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	6,00
Итого:			705	24,63	23,03	99,99	706,62	114,30
Итого за неделю:			3655	141,01	160,17	502,95	3749,08	650,00

* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____