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

Льготный обед
с 17 по 21 апреля 2023 г.

Комплексное питание 7- 11 лет 415 руб.				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	углеводы		
		Понедельник						
1 нед .	265 м	Плов	240	12,78	14,33	19,14	120,06	
1 день	115 п	Икра кабачковая	20	0,48	0,06	10,5	8,4	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
	*	Кондитерское изделие	40	5,9	4,7	75	166	
Итого:			**550**	**20,94**	**20,41**	**134,46**	**423,43**	**83,00**
		Вторник						
1 нед .	84 м	Борщ с картофелем и фасолью	150	7,8	13,02	30,94	157,25	
2 день	1170 о	Чикен Бургер	120	10,46	3,54	18,64	252,25	
Обед	494 п	Чай с лимоном	200	1,4	3,8	3,7	55	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			**520**	**23,46**	**25,36**	**77,88**	**582**	**83,00**
		Среда						
1 нед .	280/331	Фрикадельки в соусе	140	7,5	9,05	16,95	127,2	
3 день	309 м	Макаронные изделия отварные	100	3,77	3,45	9,82	69,6	
	306 м	Бобовые отварные (горошек)	15	0,28	0,76	0,74	11	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод (яблоко)	200	0,07	0,004	23,03	111,6	
		Хлеб ржано-пшеничный	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
		Хлеб иод.1 с	25	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			**505**	**16,26**	**18,924**	**82,55**	**471,38**	**83,00**
1 нед .		***Четверг***						
4 день	599 о	Фрикасе из курицы	150	9,42	7,01	17,3	167,4	
Обед	302 м	Каша гречневая рассыпчатая	100	4,06	3,8	8,43	137,25	
	107 п	Овощи натуральные соленые (огурец)	10	0,48	0,06	1,5	8,4	
	349 м	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	20,01	172,63	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			**510**	**18,42**	**15,96**	**71,84**	**603,18**	**83,00**
1 нед .		***Пятница***						
5 день	649 о	Птица тушеная в соусе с овощами	200	9,89	8,07	3,59	212	
Завтрак	106 п	Овощи натуральные свежие (огурец)	10	1,1	0,2	3,8	24	
	*	Сок тетра пак	200	0,78	0,046	27,63	114,8	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			**510**	**17,25**	**14,636**	**74,44**	**537,27**	**83,00**
Итого за неделю:			**2595**	**96,33**	**95,29**	**441,17**	**2617,26**	**415,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____

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

с 17 по 18 апреля 2023 г.

Льготное питание ОВЗ 102 руб.				Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	углеводы		
		Понедельник						
1 нед.	265 м	Плов	240	12,78	14,33	19,14	120,06	
1 день	115 п	Икра кабачковая	20	0,48	0,06	10,5	8,4	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
	*	Кондитерское изделие	40	5,9	4,7	75	166	
2								
Завтрак		Печенье	20	6	7,84	31,64	223,75	
	493 п	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	
Итого за день :			**770**	**27,04**	**28,25**	**181,1**	**707,18**	**102,00**
Обед	265 м	Плов	240	12,78	14,33	19,14	120,06	
	115 п	Икра кабачковая	20	0,48	0,06	10,5	8,4	
	349 м	Компот из смеси сухофруктов	200	0,66	0,09	20,01	172,63	
		Хлеб иод.1 с	60	3,8	5	24,6	117,5	
	*	Кондитерское изделие	40	5,9	4,7	75	166	
Полдник		Печенье	20	6	7,84	31,64	223,75	
	493 п	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	
Итого за день:			**780**	**29,72**	**32,02**	**195,89**	**868,34**	**102,00**
		Вторник						
1 нед.	181 м	Каша манная молочная жидкая	150	10,46	3,54	18,64	252,25	
2 день	1170 о	Чикен Бургер	120	0,08	7,25	0,13	66	
Завтрак	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		Рожок "Алтайский"	50	9	7,8	10,56	209,55	
	493 п	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	
Итого за день:			**770**	**21,42**	**19,91**	**74,35**	**717,77**	**102,00**
Обед	84 м	Борщ с картофелем и фасолью	250	7,8	13,02	30,94	157,25	
	1170 о	Чикен Бургер	120	10,46	3,54	18,64	252,25	
	494 п	Чай с лимоном	205	1,4	3,8	3,7	55	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Полдник								
		Рожок "Алтайский"	50	9	7,8	10,56	209,55	
	493 п	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	
Итого:			**875**	**32,56**	**33,16**	**103,44**	**851,55**	**102,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____

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

Льготный завтрак
с 17 по 21 апреля 2023 г.

Комплексное питание 7- 11 лет 415 руб.				Пищевые в-ва			Энергетичечкая ценность	цена
Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	бел-ки	жи-ры	углеводы		
		Понедельник						
1 нед .	265 м	Плов	240	12,78	14,33	19,14	120,06	
1 день	115 п	Икра кабачковая	20	0,48	0,06	10,5	8,4	
Завтрак	493 п	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
	*	Кондитерское изделие	40	5,9	4,7	75	166	
Итого:			**550**	**20,94**	**20,41**	**134,46**	**423,43**	**83,00**
		Вторник						
1 нед .	181 м	Каша манная молочная жидкая	150	10,46	3,54	18,64	252,25	
2 день	1170 о	Чикен Бургер	120	0,08	7,25	0,13	66	
Завтрак	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
Итого:			**520**	**12,32**	**12,11**	**48,79**	**448,22**	**83,00**
		Среда						
1 нед .	280/331	Фрикадельки в соусе	140	7,5	9,05	16,95	127,2	
3 день	309 м	Макаронные изделия отварные	100	3,77	3,45	9,82	69,6	
Завтрак	306 м	Бобовые отварные (горошек)	15	0,28	0,76	0,74	11	
	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:			**505**	**14,73**	**15,88**	**58,23**	**357,77**	**83,00**
1 нед .		***Четверг***						
4 день	599 о	Фрикасе из курицы	150	9,42	7,01	17,3	167,4	
Завтрак	302 м	Каша гречневая рассыпчатая	100	4,06	3,8	8,43	137,25	
	107 п	Овощи натуральные соленые (огурец)	10	0,48	0,06	1,5	8,4	
	493 п	Чай с сахаром	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
Итого:			**510**	**17,86**	**15,87**	**66,83**	**490,55**	**83,00**
1 нед .		***Пятница***						
5 день	649 о	Птица тушеная в соусе с овощами	200	9,89	8,07	3,59	212	
Завтрак	106 п	Овощи натуральные свежие (огурец)	10	1,1	0,2	3,8	24	
	494 п	Чай с лимоном	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с	50	3,8	5	24,6	117,5	
	*	Сок тетра пак	200	0,78	0,046	27,63	114,8	
Итого:			**660**	**15,67**	**13,316**	**74,82**	**529,3**	**83,00**
Итого за неделю:			**2745**	**81,52**	**77,586**	**383,13**	**2249,27**	**415,00**

* В блюде используются продукты вызывающии аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. _____