




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

**Льготный завтрак 7-11 лет.  
с 18 по 22 ноября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецеп-	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>7-11 лет</b>								
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	267 п	Каша, пшённая молочная жидкая *	200	9,8	2,4	8,7	228,8	
6 день	567 п	Булочка российская	60	4,3	5	25,3	198	
Завтрак	14 т	Масло порциями	10	0,08	7,25	0,13	66	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный*	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>15,96</b>	<b>15,97</b>	<b>63,95</b>	<b>621,77</b>	<b>110,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	224 т	Запеканка из творога с морковью *	165	13,8	14,2	28,1	393	
7 день	112п	Флоды свежие *	125	0,4	0,4	9,8	47	
Завтрак	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный*	25	0,84	0,66	7,41	34,48	
<b>Итого:</b>			<b>515</b>	<b>15,14</b>	<b>15,26</b>	<b>60,51</b>	<b>535,48</b>	<b>110,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	294 п	Макароны отварные с овощами *	200	2,24	4,4	18,4	232	
8 день	90 п	Бутерброд с сыром	60	8,9	6,7	13,2	204	
Завтрак	496 п	Какао с молоком *	200	3,08	3,54	17,57	118,6	
		Хлеб ржано-пшеничный*	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>15,9</b>	<b>15,96</b>	<b>63,99</b>	<b>623,57</b>	<b>110,00</b>
<b>Четверг</b>								
9 день	181 т	Каша манная молочная жидкая *	200	10,9	12,8	13,9	283,65	
Завтрак	399 т	Блинчик со сгущенным молоком *	60	3,26	1,86	20,23	110,5	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом*	200	0,1		15	60	
		Хлеб ржано-пшеничный*	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>15,94</b>	<b>15,98</b>	<b>63,95</b>	<b>523,12</b>	<b>110,00</b>
<b>Пятница</b>								
10 день	395 т	Вареники с картофелем	200	12,6	5,6	30,8	367,8	
Завтрак	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб ржано-пшеничный*	50	1,68	1,32	14,82	68,97	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>14,86</b>	<b>6,98</b>	<b>62,32</b>	<b>506,17</b>	<b>110,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>2565</b>	<b>77,8</b>	<b>70,15</b>	<b>314,72</b>	<b>2810,11</b>	<b>550,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 





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

**Льготный обед 7-11 лет,  
с 18 по 22 ноября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>7-11 лет</b>								
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	96 т	Рассольник «Ленинградский»	200	1,6	4,07	19,6	85,88	
6 день	274 т	Зразы, рубленые с яйцом	90	6,62	17,06	18,08	258,98	
Обед	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12	243,25	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	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	
<b>Итого:</b>			<b>725</b>	<b>24,73</b>	<b>24,9</b>	<b>99,6</b>	<b>715,26</b>	<b>110,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	149 п	Суп картофельный с фрикадельками	200	1,76	2,36	11,76	175,48	
7 день	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	
Обед	106 п	Овощи натуральные (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	
	494	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>750</b>	<b>20,12</b>	<b>21,88</b>	<b>79,74</b>	<b>716,38</b>	<b>110,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	121 к	Борщ «Сибирский»	200	3,55	5,11	14,16	127,75	
8 день	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	
	309 т	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод *	200	1,5	0,3	15,9	108	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого:</b>			<b>755</b>	<b>24,6</b>	<b>24,89</b>	<b>97,48</b>	<b>692,96</b>	<b>110,00</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед.	113 т	Суп - лапша домашняя	200	2,57	5,54	11,62	115,75	
Обед	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	
	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	
	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	
<b>Итого:</b>			<b>755</b>	<b>20,14</b>	<b>20,98</b>	<b>80,91</b>	<b>699,96</b>	<b>110,00</b>
<b>Пятница</b>								
10 день	99 т	Суп из овощей	200	2,5	7,4	13,03	240	
Обед	452 о	Рыба , запеченная с томатами (горбуша )*	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
	304 т	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	209,7	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого:</b>			<b>735</b>	<b>20,94</b>	<b>20,93</b>	<b>82,95</b>	<b>699,95</b>	<b>110,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>3720</b>	<b>110,53</b>	<b>113,58</b>	<b>440,68</b>	<b>3524,51</b>	<b>550,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. \_\_\_\_\_



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

**Льготный обед 7-11 лет,  
с 25 по 29 ноября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>7-11 лет</b>								
<b>Понедельник</b>								
1 нед.	54-9с	Суп картофельный с фасолью	200	1,77	4,22	13,6	88,6	
1 день	454 л	Котлеты по - хлыновски	90	10,87	7,65	11,05	305,58	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	309	Макаронные изделия отварные	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	
	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	
<b>Итого:</b>			<b>755</b>	<b>20,87</b>	<b>19,71</b>	<b>83,45</b>	<b>715,19</b>	<b>110,00</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед.	272 с	Суп курдючный *	200	3,6	4,9	31,09	134,97	
2 день	292 т	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек) *	240	16,98	15,02	26,8	388,4	
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>750</b>	<b>24,96</b>	<b>24,98</b>	<b>99,19</b>	<b>710,27</b>	<b>110,00</b>
<b>Среда</b>								
1 нед.	142 п	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,67	4,29	17,43	124,83	
3 день	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	100	10,4	10,9	10	230	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод*	200	1,5	0,3	15,9	108	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого:</b>			<b>765</b>	<b>24,77</b>	<b>24,92</b>	<b>99,33</b>	<b>799,14</b>	<b>110,00</b>
<b>Четверг</b>								
1 нед.	248 о	Суп «Кубанский»	200	4,39	4,21	13,22	118,6	
Обед	265 т	Плов ( свинина )	240	16,1	16,2	49,9	464,05	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	60	0,48	0,06	1,5	8,4	
	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	
<b>Итого:</b>			<b>725</b>	<b>22,97</b>	<b>22,97</b>	<b>91,92</b>	<b>709,8</b>	<b>110,00</b>
<b>Пятница</b>								
1 нед.	131 п	Свекольник	200	2,4	4,5	9,3	93,77	
5 день	261 т	Печень,тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	
	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого за неделю:</b>			<b>3730</b>	<b>20,93</b>	<b>20,95</b>	<b>83,96</b>	<b>700,07</b>	<b>110,00</b>
			<b>5730</b>	<b>114,5</b>	<b>113,53</b>	<b>457,85</b>	<b>3634,47</b>	<b>550,00</b>

\* 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 18 по 20 ноября 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		
<b>Понедельник</b>								
2 нед.	274 т	Зразы, рубленые с яйцом *	90	6,62	17,06	18,08	258,98	
7 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	100	14,03	1,21	33,12	170	
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	ром. п	Кондитерское изделие*	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>635</b>	<b>30,84</b>	<b>29,57</b>	<b>111,06</b>	<b>847,28</b>	<b>94,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	
8 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								
	555 п	Крендель сахарный *	75	6,8	6,6	14,2	230,98	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>740</b>	<b>22,7</b>	<b>23,5</b>	<b>82,4</b>	<b>757,73</b>	<b>94,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	
9 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	
Обед	309 т	Макаронные изделия отварные *	100	5,52	4,5	26,44	168,45	
		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								
	565 п	Булочка Дорожная *	60	6,5	6,7	14	231	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>705</b>	<b>25,77</b>	<b>26,12</b>	<b>109,92</b>	<b>799,81</b>	<b>94,00</b>

\* 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 21 по 22 ноября 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		
<b>Четверг</b>								
10 день	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	312 т	Пюре картофельное	100	3,06	4,8	20,43	206,25	
	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								
	586 п	Полоска песочная с повидлом*	50	7,9	7,8	15,2	230,98	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого:</b>			<b>695</b>	<b>24,91</b>	<b>23,12</b>	<b>97,21</b>	<b>860,79</b>	<b>94,00</b>
<b>1 нед . Пятница</b>								
11 день	452 о	Рыба , запеченная с томатами (горбуша )*	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
Обед	304 т	Рис отварной	100	3,64	5,37	36,67	209,7	
	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								
	406 т	Пирожки печеные из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком*	60	7,5	7,5	15,4	228	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>685</b>	<b>25,56</b>	<b>20,97</b>	<b>98,62</b>	<b>738,55</b>	<b>94,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>3460</b>	<b>129,78</b>	<b>123,28</b>	<b>499,21</b>	<b>4004,16</b>	<b>470,00</b>

\* 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 25 по 27 ноября 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>								
1 нед.	454 л	Котлеты по - хлыновски	90	10,87	7,65	11,05	305,58	
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
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	579 п	Коржик молочный *	60	7,99	8,09	17,03	223,75	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
			<b>705</b>	<b>26,53</b>	<b>23,46</b>	<b>99,6</b>	<b>895,94</b>	<b>94,00</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед.	292 т	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек) *	240	16,98	15,02	26,8	378,4	
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	570 п	Сдоба обыкновенная *	60	8,7	8,7	19,8	223,75	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>725</b>	<b>27,78</b>	<b>26,22</b>	<b>88,9</b>	<b>780,9</b>	<b>94,00</b>
<b>Среда</b>								
1 нед.	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	50	5,2	5,45	0	115	
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	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*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
Полдник	пром. п	Кондитерское изделие*	20	8,09	8,8	17,56	239,55	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>625</b>	<b>24,03</b>	<b>23,56</b>	<b>101,28</b>	<b>796,46</b>	<b>94,00</b>

\* 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 28 по 29 ноября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Четверг</b>								
4 день	265 т	Плов ( свинина )	240	16,1	16,2	49,9	454,05	
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	
<b>Полдник</b>								
	555 п	Крендель сахарный *	75	6,8	6,6	14,2	230,98	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого:</b>			<b>740</b>	<b>25</b>	<b>25,3</b>	<b>106,4</b>	<b>863,78</b>	<b>94,00</b>
<b>Пятница</b>								
5 день	261 т	Печень, тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	312 т	Пюре картофельное	100	3,06	4,8	20,43	206,25	
		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	
<b>Полдник</b>								
	542 п	Пирожки печёные из сдобного теста с повидлом*	67	6,5	6,7	15	231	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
<b>Итого за день:</b>			<b>692</b>	<b>24,47</b>	<b>23,03</b>	<b>102,18</b>	<b>881,9</b>	<b>94,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>3487</b>	<b>127,81</b>	<b>121,57</b>	<b>498,36</b>	<b>4218,98</b>	<b>470,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. \_\_\_\_\_





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

**Льготное питание ДМР  
с 18 по 22 ноября 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.	274 т	Зразы, рубленые с яйцом *	90	6,62	17,06	18,08	258,98	
6 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12	243,25	
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	
	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	
	пром. п	Кондитерское изделие*	1шт./20	8,09	8,8	17,56	239,55	
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>32,8</b>	<b>32,09</b>	<b>108,86</b>	<b>922,08</b>	<b>100,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед.	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	
7 день	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	
Обед	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
	640 п	Крендель сахарный *	75	6,3	6,8	31,4	102	
<b>Итого:</b>			<b>595</b>	<b>24,33</b>	<b>26,8</b>	<b>98,24</b>	<b>635,7</b>	<b>100,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед.	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	
8 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	
	309 т	Макаронные изделия отварные *	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	35	0,16	0,02	0,5	2,8	
	342 т	Компот из свежих плодов или ягод *	200	1,5	0,3	15,9	108	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>22,63</b>	<b>22,24</b>	<b>94,62</b>	<b>618,36</b>	<b>100,00</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед.								
9 день	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	
	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	
	586 п	Полоска песочная с повидлом*	50	7,9	7,8	15,2	230,98	
<b>Итого:</b>			<b>600</b>	<b>27,04</b>	<b>26,22</b>	<b>95,65</b>	<b>866,74</b>	<b>100,00</b>
<b>Пятница</b>								
2 нед.								
10 день	452 о	Рыба , запеченная с томатами (горбуша)*	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
Обед	304 т	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	209,7	
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	
	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>20,02</b>	<b>15,99</b>	<b>81,22</b>	<b>513,1</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за изделия:</b>			<b>2780</b>	<b>126,82</b>	<b>123,34</b>	<b>478,59</b>	<b>3555,98</b>	<b>500,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



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

**Льготное питание ДМР  
с 25 по 29 ноября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	Цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Льготное питание 12-18 лет.</b>								
<b>Понедельник</b>								
1 нед.	454 л	Котлеты по - хлыновски	90	10,87	7,65	11,05	305,58	
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	309	Макаронные изделия отварные *	150	5,52	4,5	26,44	168,45	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>20,67</b>	<b>18,47</b>	<b>81,01</b>	<b>678,14</b>	<b>100,00</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед.	292 т	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек) *	240	16,98	15,02	26,8	378,4	
2 день	106 п	Овощи натуральные (огурец)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	
Обед	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
	570 п	Сдоба обыкновенная *	60	8,7	8,7	19,8	223,75	
<b>Итого:</b>			<b>580</b>	<b>29,82</b>	<b>28,75</b>	<b>87,15</b>	<b>784,85</b>	<b>100,00</b>
<b>Среда</b>								
1 нед.	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	100	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	
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод*	200	1,5	0,3	15,9	108	
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>24,34</b>	<b>23,01</b>	<b>91,92</b>	<b>718,66</b>	<b>100,00</b>
<b>Четверг</b>								
1 нед.		Плов ( свинина )	240	16,1	16,2	49,9	454,05	
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
	555 п	Крендель сахарный *	75	6,8	6,6	14,2	230,98	
<b>Итого:</b>			<b>595</b>	<b>27,04</b>	<b>27,83</b>	<b>104,45</b>	<b>866,73</b>	<b>100,00</b>
<b>Пятница</b>								
1 нед.		Печень, тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	
	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	
	542 п	Пирожки печёные из сдобного теста с повидлом*	67	6,5	6,7	15	231	
<b>Итого:</b>			<b>597</b>	<b>26,6</b>	<b>26,13</b>	<b>100,82</b>	<b>888,85</b>	<b>100,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>2852</b>	<b>128,47</b>	<b>124,19</b>	<b>465,35</b>	<b>3937,23</b>	<b>500,00</b>

\* 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 18 по 22 ноября 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 .	274 т	Зразы, рубленые с яйцом	90	6,62	17,06	18,08	258,98	
6 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	100	14,03	1,21	33,12	170	
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	
<b>Итого за день:</b>			<b>415</b>	<b>22,65</b>	<b>20,77</b>	<b>78,5</b>	<b>547,73</b>	<b>74,00</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед .	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	
7 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	
<b>Итого за день:</b>			<b>465</b>	<b>15,8</b>	<b>16,9</b>	<b>53,2</b>	<b>466,75</b>	<b>74,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед .	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	
8 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	
Обед	309 т	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	
<b>Итого за день:</b>			<b>445</b>	<b>19,17</b>	<b>19,42</b>	<b>80,92</b>	<b>508,81</b>	<b>74,00</b>
<b>Четверг</b>								
9 день	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
	312 т	Пюре картофельное	100	3,06	4,8	20,43	206,25	
	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	
<b>Итого:</b>			<b>445</b>	<b>16,91</b>	<b>15,32</b>	<b>67,01</b>	<b>569,81</b>	<b>74,00</b>
<b>Пятница</b>								
1 нед .								
10 день	452 о	Рыба , запеченная с томатами (горбуша)*	100	12,32	5,6	4,25	122,1	
Обед	304 т	Рис отварной	100	3,64	5,37	36,67	209,7	
	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	
<b>Итого за день:</b>			<b>425</b>	<b>17,96</b>	<b>13,47</b>	<b>68,22</b>	<b>450,55</b>	<b>74,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>2195</b>	<b>92,49</b>	<b>85,88</b>	<b>347,85</b>	<b>2543,65</b>	<b>370,00</b>

\* 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 25 по 29 ноября 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>								
1 нед.	454 л	Котлеты по - хлыновски	90	10,87	7,65	11,05	305,58	
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
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	
<b>Итого за день:</b>			<b>445</b>	<b>18,44</b>	<b>15,37</b>	<b>67,57</b>	<b>612,19</b>	<b>74,00</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед.	292 т	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек) *	240	16,98	15,02	26,8	378,4	
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	
<b>Итого за день:</b>			<b>465</b>	<b>18,98</b>	<b>17,52</b>	<b>54,1</b>	<b>497,15</b>	<b>74,00</b>
<b>Среда</b>								
1 нед.	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	50	5,2	5,45	0	115	
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	100	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*	25	1,9	2,5	12,3	58,75	
<b>Итого за день:</b>			<b>405</b>	<b>15,84</b>	<b>14,76</b>	<b>68,72</b>	<b>496,91</b>	<b>74,00</b>
<b>Четверг</b>								
4 день	265 т	Плов ( свинина )	240	16,1	16,2	49,9	454,05	
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	
<b>Итого:</b>			<b>465</b>	<b>18,1</b>	<b>18,7</b>	<b>77,2</b>	<b>572,8</b>	<b>74,00</b>
<b>Пятница</b>								
5 день	261 т	Печень,тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	
Обед	312 т	Пюре картофельное	100	3,06	4,8	20,43	206,25	
	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	
<b>Итого за день:</b>			<b>425</b>	<b>17,87</b>	<b>16,33</b>	<b>72,18</b>	<b>590,9</b>	<b>74,00</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>2205</b>	<b>89,23</b>	<b>82,68</b>	<b>339,77</b>	<b>2769,95</b>	<b>370,00</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 



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

**Меню № 2  
с 18 по 22 ноября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Платное питание 12-18 лет. 95 руб</b>								
<b>Понедельник</b>								
2 нед .	274 т	Зразы, рубленые с яйцом *	90	6,62	17,06	18,08	258,98	56,00
6 день	199 м	Пюре из бобовых с маслом (горох)	150	14,03	1,21	33,12	243,25	15,20
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	6,80
	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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>510</b>	<b>24,71</b>	<b>23,29</b>	<b>91,3</b>	<b>682,53</b>	<b>86,50</b>
<b>Вторник</b>								
2 нед .	407 п	Рагу из птицы *	240	13,8	14,4	25,9	348	54,50
7 день	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	12,00
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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>18,03</b>	<b>20</b>	<b>66,84</b>	<b>533,7</b>	<b>77,00</b>
<b>Среда</b>								
2 нед .	268 т	Котлеты, биточки, шницели	90	11,6	11,7	26,4	202,2	60,00
8 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	0,78	19,41	2,00
	309 т	Макаронные изделия отварные *	150	5,52	4,5	26,44	168,45	18,60
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	35	0,16	0,02	0,5	2,8	12,00
	342 м	Компот из свежих плодов или ягод	200	1,5	0,3	15,9	108	7,50
		Хлеб иод.1 с*	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
<b>Итого:</b>			<b>555</b>	<b>22,63</b>	<b>22,24</b>	<b>94,62</b>	<b>618,36</b>	<b>105,10</b>
<b>Четверг</b>								
2 нед .								
9 день	372 п	Голубцы ленивые	90	11,8	7,3	16,5	225,4	51,00
Обед	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	22,60
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	12,00
	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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>19,14</b>	<b>18,42</b>	<b>80,45</b>	<b>635,76</b>	<b>96,10</b>
<b>Пятница</b>								
2 нед .								
10 день	452 о	Рыба , запеченная с томатами (горбуша)*	100	12,32	5,6	4,25	122,1	69,00
Обед	304 т	Рис отварной	150	3,64	5,37	36,67	209,7	24,00
	106 п	Овощи натуральные (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	6,80
	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	5,00
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>20,02</b>	<b>15,99</b>	<b>81,22</b>	<b>513,1</b>	<b>110,30</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>670</b>	<b>31,42</b>	<b>30,99</b>	<b>155,02</b>	<b>865,6</b>	<b>125,30</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. \_\_\_\_\_



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

**Меню № 2**  
**с 25 по 29 ноября 2024 г.**

Приём пищи	№ рецептуры	Наименование блюда	Вес блюда гр.	Пищевые в-ва			Энергетическая ценность	цена
				бел-ки	жи-ры	угле-воды		
<b>Платное питание 12-18 лет. 95 руб</b>								
<b>Понедельник</b>								
1 нед.	454 л	Котлеты по - хлыновски	90	10,87	7,65	11,05	305,58	55,50
1 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
Обед	309	Макаронные изделия отварные *	150	5,52	4,5	26,44	168,45	18,60
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	12,00
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	3,50
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
<b>Итого:</b>			<b>550</b>	<b>20,67</b>	<b>18,47</b>	<b>81,01</b>	<b>678,14</b>	<b>96,60</b>
<b>Вторник</b>								
1 нед.	292 т	Птица или кролик, тушеные в соусе с овощами (горошек) *	240	16,98	15,02	26,8	378,4	73,40
2 день	106 п	Овощи натуральные (огурец)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	10,00
Обед	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	5,50
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>21,12</b>	<b>20,05</b>	<b>67,35</b>	<b>561,1</b>	<b>93,90</b>
<b>Среда</b>								
1 нед.	395 п	Сосиски, сардельки, колбаса отварные	100	10,4	10,9	10	230	74,00
3 день	456 п	Соус красный основной	30	0,05	0,72	2,78	19,41	2,00
Обед	302 т	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243,75	17,50
	342 т	Компот из свежих плодов или ягод	200	1,5	0,3	15,9	108	7,50
		Хлеб иод. I с	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>24,34</b>	<b>23,01</b>	<b>91,92</b>	<b>718,66</b>	<b>106,00</b>
<b>Четверг</b>								
1 нед.								
4 день	265 т	Плов ( свинина )	240	16,1	16,2	49,9	454,05	61,00
Обед	106 п	Овощи натуральные (огурец)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	10,00
	493 п	Чай с вареньем ,сахаром или медом *	200	0,1		15	60	3,50
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
<b>Итого:</b>			<b>520</b>	<b>20,24</b>	<b>21,23</b>	<b>90,25</b>	<b>635,75</b>	<b>79,50</b>
<b>Пятница</b>								
1 нед.								
5 день	261 т	Печень,тушенная в соусе сметанном с томатом и луком	100	12,81	9,03	24,45	265,9	53,90
Обед	312 т	Пюре картофельное	150	3,06	4,8	20,43	206,25	22,60
	106 п	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,6	1,14	7,2	12,00
	494 п	Чай с лимоном*	200	0,1		15,2	61	5,50
		Хлеб иод. I с*	50	3,8	5	24,6	117,5	5,00
<b>Итого:</b>			<b>530</b>	<b>20,1</b>	<b>19,43</b>	<b>85,82</b>	<b>657,85</b>	<b>99,06</b>
<b>Итого за неделю:</b>			<b>780</b>	<b>24</b>	<b>24,43</b>	<b>125,42</b>	<b>835,35</b>	<b>107,50</b>

\* В блюде используются продукты вызывающие аллергические реакции

Технолог : Голоскокова С. В. 