

ОМС-Лечебное питание

СОГЛАСОВАНО

Директор образовательного учреждения

Сезон: осень, зима, весна, лето



© 16.03.

132,00
132,00

Управляющий группой объектов

УТВЕРЖДАЮ



Примерное меню и пищевая ценность приготавливаемых блюд

Первая неделя

понедельник-1

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев. ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
120/1996	1,685	5,172	8,198	86,08	Щи из свежей капусты с картофелем	200/5	132,0 руб
523/2022	9,796	14,558	11,101	214,61	Бифштекс по-домашнему с соусом сметанно-томат	60/30	
257, табл.4/271	7,261	11,299	32,602	261,143	Каша гречневая рассыпчатая	150	
424/2005	3,708	6,694	31,013	199,13	Булочка домашняя	50	
377/2015	0,063	0,007	15,18	61,035	Чай с лимоном	200/15/7	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	25,94	38,66	117,80	922,89	Итого	762	

вторник-1

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев. ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
129/1996	2,217	5,304	13,986	112,548	Рассольник ленинградский со сметаной	200/5	132,0 руб
229/2015	9,706	5,047	6,051	108,451	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай)	90	
465/1996	3,834	5,434	40,048	224,434	Рис отварной	150	
740/2004	3,713	3,398	25,538	147,586	Шанежка с наливкой	50	
376/2015	0	0	14,97	59,88	Чай с сахаром	200/15	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	22,90	20,11	120,30	753,79	Итого	755	

среда-1

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев. ве-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
248/2022	9,668	3,94	44,322	251,42	Суп Кубанский с гренками	200/20	132,0 руб
605/2022	12,728	16,195	9,856	236,091	Ежики куриные с соусом сметанным с томатом (кур	60/30	
273, 469/1996	6,642	4,586	42,368	237,314	Макароны отварные	150	
417/2005	4,391	1,797	46,05	217,937	Гребешок с повидлом	75	
377/2015	0,063	0,007	15,18	61,035	Чай с лимоном	200/15/7	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	36,92	27,46	177,48	1104,69	Итого	802	

четверг-1

Абонемент платного питания №3							
-------------------------------	--	--	--	--	--	--	--

№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
113/2017	5,122	7,464	12,682	138,392	Суп-лапша домашняя с птицей (кура)	200/10	132,0 руб
268/2015	9,009	18,603	12,715	254,323	Шницель с соусом красным основным (свинина)	60/30	
472/1996	3,294	4,912	22,111	145,828	Картофельное пюре	150	
87/276	3,339	2,718	29,644	156,394	Манник	50	
376/2015	0	0	14,97	59,88	Чай с сахаром	200/15	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	24,19	34,63	111,83	855,71			
					Итого	760	

пятница-1

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
217/2022	2,935	4,883	13,26	108,727	Борщ Сибирский	200	132,0 руб
520/1997	15,04	18,266	10,224	265,45	Котлета особая из кур с соусом красным основным	60/30	
465/1996	3,834	5,434	40,048	224,434	Рис отварной	150	
406/2005	5,192	4,394	31,201	185,118	Пирожок с капустой	75	
377/2015	0,063	0,007	15,18	61,035	Чай с лимоном	200/15/7	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	30,49	33,91	129,62	945,65			
					Итого	782	

суббота-1

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
99/2015	1,414	4,216	9,258	80,632	Суп из овощей	200	132,0 руб
263/2015	10,976	24,835	15,77	330,499	Рагу из свинины	150	
425/2005	3,452	7,564	29,017	197,952	Булочка Дорожная	50	
376/2015	0	0	14,97	59,88	Чай с сахаром	200/15	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	19,27	37,55	88,72	769,85			
					Итого	660	

Вторая неделя

понедельник-2

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
138/1996	6,393	5,089	27,37	180,853	Суп гороховый с гренками	200/20	132,0 руб
278/2017	7,907	19,343	13,179	258,431	Тефтели (свинина)	60/30	
273, 469/1996	6,642	4,586	42,368	237,314	Макароны отварные	150	
424/2005	3,708	6,694	31,013	199,13	Булочка домашняя	50	
377/2015	0,063	0,007	15,18	61,035	Чай с лимоном	200/15/7	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	28,14	38,65	140,00	1000,00			

вторник-2

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
287/2022	1,557	3,344	6,99	64,284	Щи Новгородские со сметаной	200	132,0 руб
622/2022	13,731	15,195	10,7	234,479	Шницель рубленый куриный с соусом сметанным с	60/30	
257,табл.4/271	7,261	11,299	32,602	261,143	Каша гречневая рассыпчатая	150	
740/2004	3,713	3,398	25,538	147,586	Шанежка с наливкой	50	
376/2015	0	0	14,97	59,88	Чай с сахаром	200/15	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	29,69	34,17	110,51	868,26	Итого	750	

среда-2

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
113/2017	5,122	7,464	12,682	138,392	Суп-лапша домашняя с птицей (кура)	200/10	132,0 руб
260/2015	10,502	24,133	4,111	275,649	Гуляш (свинина)	90	
465/1996	3,834	5,434	40,048	224,434	Рис отварной	150	
87/276	3,339	2,718	29,644	156,394	Манник	50	
377/2015	0,063	0,007	15,18	61,035	Чай с лимоном	200/15/7	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	26,29	40,69	121,37	956,79	Итого	767	

четверг-2

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
110/1996	1,765	5,148	11,338	98,744	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной	200/5	132,0 руб
294/2015	17,271	20,953	11,954	305,477	Котлеты рубленые из птицы с соусом сметанным (р	60/30	
472/1996	3,294	4,912	22,111	145,828	Картофельное пюре	150	
425/2005	3,452	7,564	29,017	197,952	Булочка Дорожная	50	
376/2015	0	0	14,97	59,88	Чай с сахаром	200/15	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	29,21	39,51	109,10	908,77	Итого	755	

пятница-2

Абонемент платного питания №3							
№ сб-ка рецептур	Пищев.в-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
220/2022	2,149	4,509	13,608	103,609	Рассольник по-россошански	200	132,0 руб
291/2015	16,766	21,363	28,543	373,503	Плов из птицы (кура)	150	
406/2005	5,192	4,394	31,201	185,118	Пирожок с капустой	75	
377/2015	0,063	0,007	15,18	61,035	Чай с лимоном	200/15/7	

покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25
	27,60	31,20	108,24	824,16	Итого	692

суббота-2

Абонемент платного питания №3

№ сб-ка рецептур	Пищев.вв-ва			Энергетич. Ценность	Наименование блюд	Выход	Цена
	Белки	Жиры	Уг-ды				
101/2015	1,744	2,318	14,596	86,222	Суп картофельный с крупой (рис)	200	132,0 руб
541/2022	13,052	18,489	3,552	232,817	Люля-кебаб из свинины и курицы с соусом красным	60/30	
273, 469/1996	6,642	4,586	42,368	237,314	Макароны отварные	150	
740/2004	3,713	3,398	25,538	147,586	Шанежка с наливкой	50	
376/2015	0	0	14,97	59,88	Чай с сахаром	200/15	
покупное	1,5	0,58	10,28	52,34	Хлеб пшеничный	20	
покупное	1,925	0,35	9,425	48,55	Хлеб ржаной	25	
	28,58	29,72	120,73	864,71	Итого	750	