



Утверждаю:  
Индивидуальный предприниматель  
ИП Бартов Н.И.

Индивидуальное меню для Кох Софии,  
нуждающейся в лечебном питании  
на 11 - 15 декабря 2023 года.



Утверждаю:  
Директор МОУ СОШ № 10

\* Исключить хлеб, макаронные изделия

Дата	Наименование блюд	№ рецептуры	Выход (г.)	Цена (р.)	Белки/Жиры/Углеводы	К/калории
11/12	Биточек "По - Печорски" (без хлеба)	406	70	55,80	17,8 / 17,5 / 14,3	180
	Каша рисовая рассыпчатая	414	150	21,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Чай с сахаром	493	200	10,00	0,1 / 0,0 / 15,0	60
	Фрукты (яблоко)	112	1 шт.	19,00	0,8 / 0,2 / 7,5	38
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>520</b>	<b>105,80</b>	<b>21,8 / 24,5 / 58,7</b>	<b>441</b>
12/12	Салат из свеклы с маслом растительным	50	45	8,80	1,5 / 5,5 / 8,4	89
	Голубцы "Ленивые" с соусом красным основным	372	108/50	58,00	8,5 / 8,3 / 4,0	125
	Пюре картофельное	429	150	21,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Компот из яблок свежих	508	200	18,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>553</b>	<b>105,80</b>	<b>12,6 / 18,3 / 51,0</b>	<b>493</b>
13/12	Салат из свежей капусты с маслом растительным	1	30	6,40	2,1 / 10,1 / 9,3	136
	Грудка куриная тушеная в молочном соусе	405	70/50	63,40	13,6 / 13,5 / 4,1	192
	Каша рисовая рассыпчатая	414	150	21,00	3,1 / 6,8 / 21,9	163
	Компот из сухофруктов	508	200	15,00	0,5 / 0,0 / 27,0	96
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>500</b>	<b>105,80</b>	<b>19,3 / 30,4 / 62,3</b>	<b>587</b>
14/12	Салат из свежей моркови с маслом растительным	7	40	7,80	1,1 / 10,1 / 9,1	132
	Котлета "Домашняя" (без хлеба)	412	70	58,00	9,5 / 7,5 / 6,5	132
	Каша гречневая рассыпчатая	237	150	17,00	9,5 / 8,7 / 30,7	169
	Компот из яблок свежих, с черноплодной рябиной	508	200	23,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>460</b>	<b>105,80</b>	<b>20,6 / 26,3 / 73,3</b>	<b>543</b>
15/12	Салат из квашенной капусты с маслом растительным	48	30	5,80	1,6 / 10,1 / 3,0	109
	Фрикадельки из говядины, тушеные с соусом красным основным (без хлеба)	392	2/30/25	59,00	11,0 / 11,7 / 7,8	180
	Пюре картофельное	429	150	21,00	2,1 / 4,5 / 11,6	169
	Компот из ягод брусники свежемороженой	507	200	20,00	0,5 / 0,0 / 27,0	110
<b>Суммарный объем блюд</b>			<b>465</b>	<b>105,80</b>	<b>15,2 / 26,3 / 49,4</b>	<b>568</b>
<b>Всего:</b>			<b>2498</b>	<b>529,00</b>	<b>89,5 / 125,8 / 294,7</b>	<b>2632</b>

Директор:

Калькулятор:

Зав. производством:

Медработник: