

Плановое меню двухнедельное



Сезон: **Весенне-летний**
Категория: **Дети от 3 до 7 лет**
Диета: **Все**

Наименование блюда	Выход блюда (г)
1 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
219/1 Макароны изделия отварные с маслом	160/5
413/2 Чай с молоком	180
002 Бутерброды с маслом	35/5
227 Яйца вареные	1/2 шт
Итого	400
Второй завтрак	
Без диет	
Ф417/1 Напиток из плодов шиповника	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
004 Хлеб ржаной	50
0542 Икра кабачковая	50
179/1 Каша гречневая рассыпчатая с маслом	125/5
394/1 Компот из смеси сухофруктов	180
003 Хлеб пшеничный	20
064 Борщ с картофелем	200
322/1 Котлеты из мяса птицы	70
Итого	700
Полдник	
Без диет	
Ф419/2 Молоко кипяченое	180
Ф450 Булочка ванильная	70
Итого	250
Ужин	
Без диет	
003 Хлеб пшеничный	25
199/1 Каша пшеничная жидкая на молоке	220/3/3
Ф414/2 Кофейный напиток с молоком	200
Итого	445
Итого за день	1 895
1 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
Ф416/2 Какао с молоком	180
182/1 Каша гречневая вязкая молочная	200/5/3
001 Бутерброды с маслом	30/5
Итого	415
Второй завтрак	
Без диет	
Ф418/3 Сок фруктовый	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
004 Хлеб ржаной	50
003 Хлеб пшеничный	20
034 Салат из свеклы	50
088/1 Суп картофельный с макаронными изделиями	200
393/2 Компот из черной смородины	180
354 Капуста тушеная с мясом	200

	Итого	700
Полдник		
Без диет		
Ф419/2 Молоко кипяченое		200
22222 Печенье		50
	Итого	250
Ужин		
Без диет		
Ф272/1 Котлеты рыбные		80
199 Пюре из гороха с маслом		145
Ф412/2 Чай с лимоном		190/10/7
003 Хлеб пшеничный		30
	Итого	462
	Итого за день	1 927
1 нед. Среда		
Завтрак		
Без диет		
003/1 Бутерброды с сыром		30
Ф411/2 Чай с сахаром		190
251/2 Запеканка из творога с изюмом		150/40
005 Соус сметанный сладкий		40
	Итого	410
Второй завтрак		
Без диет		
Ф386/1 Яблоки		100
	Итого	100
Обед		
Без диет		
004 Хлеб ржаной		50
394/1 Компот из смеси сухофруктов		180
003 Хлеб пшеничный		25
Ф073 Щи из свежей капусты с картофелем		200
308/1 Запеканка картофельная с мясом		180
Ф508 Огурцы свежие		50
	Итого	685
Полдник		
Без диет		
Ф420/2 Кефир		180
443 Крендель сахарный		70
	Итого	250
Ужин		
Без диет		
182/4 Каша рисовая вязкая молочная		212/5/3
Ф416/2 Какао с молоком		200
003 Хлеб пшеничный		40
	Итого	460
	Итого за день	1 905
1 нед. Четверг		
Завтрак		
Без диет		
Ф414/2 Кофейный напиток с молоком		180
190/3 Каша манная молочная		200/5
001 Бутерброды с маслом		30/5
	Итого	415
Второй завтрак		
Без диет		
Ф417/1 Напиток из плодов шиповника		100
	Итого	100
Обед		
Без диет		
004 Хлеб ржаной		50
013 Огурцы соленые		50
003 Хлеб пшеничный		20
393/2 Компот из черной смородины		180

Ф091 Суп картофельный с мучными клецками	200/20
321/1 Плов из мяса	70/110
Итого	680
Полдник	
Без диет	
Ф419/2 Молоко кипяченое	200
22222 Печенье	50
Итого	250
Ужин	
Без диет	
284/4 Рыба, запеченная в омлете	140
Ф357 Свекла, тушенная в белом соусе	90
Ф412/2 Чай с лимоном	190/10/7
003 Хлеб пшеничный	30
Итого	467
Итого за день	1 912
1 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
003/1 Бутерброды с сыром	30
Ф416/2 Какао с молоком	180
251/2 Запеканка из творога с изюмом	150/40
005 Соус сметанный сладкий	40
Итого	400
Второй завтрак	
Без диет	
Ф418/3 Сок фруктовый	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
Ф417/2 Напиток из плодов шиповника	180
004 Хлеб ржаной	50
003 Хлеб пшеничный	25
322/1 Котлеты из мяса птицы	70
034 Салат из свеклы	50
Ф083 Суп картофельный	200
Ф179/13 Каша перловая рассыпчатая с маслом	130/5
Итого	705
Полдник	
Без диет	
Ф420/2 Кефир	180
452 Булочка домашняя	70
Итого	250
Ужин	
Без диет	
003 Хлеб пшеничный	40
Ф411/2 Чай с сахаром	180/10
Ф334 Рис отварной с овощами	230
Итого	470
Итого за день	1 925
2 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
Ф411/2 Чай с сахаром	180/10
Ф182/1 Каша гречневая вязкая молочная	197/3
001 Бутерброды с маслом	30/5
Итого	415
Второй завтрак	
Без диет	
Ф417/1 Напиток из плодов шиповника	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
004 Хлеб ржаной	50

Ф087/4 Суп картофельный с горохом	200
013 Огурцы соленые	50
394/1 Компот из смеси сухофруктов	180
003 Хлеб пшеничный	20
Ф327/1 Суфле куриное	70
Ф143/1 Капуста тушеная	130
Итого	700
Полдник	
Без диет	
Ф419/2 Молоко кипяченое	180
Ф456 Булочка "Веснушка"	70
Итого	250
Ужин	
Без диет	
Ф182/5 Каша пшеничная вязкая молочная	214/3/3
003 Хлеб пшеничный	30
413/2 Чай с молоком	200
Итого	450
Итого за день	1 915
2 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
Ф414/2 Кофейный напиток с молоком	180
191/1 Каша "Дружба" молочная жидкая	197/3
001 Бутерброды с маслом	30/5
Итого	415
Второй завтрак	
Без диет	
Ф418/3 Сок фруктовый	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
219/1 Макароны изделия отварные с маслом	130/5
004 Хлеб ржаной	50
003 Хлеб пшеничный	20
322/1 Котлеты из мяса птицы	70
034 Салат из свеклы	50
393/2 Компот из черной смородины	180
Ф082/1 Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200
Итого	700
Полдник	
Без диет	
Ф419/2 Молоко кипяченое	200
22222 Печенье	50
Итого	250
Ужин	
Без диет	
Ф412/2 Чай с лимоном	190/10/7
Ф268/4 Рыба под яйцом	80
003 Хлеб пшеничный	30
У143/1 Капуста тушеная	150
Итого	467
Итого за день	1 932
2 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
003/1 Бутерброды с сыром	30
Ф416/2 Какао с молоком	180
005 Соус сметанный сладкий	40
251/2 Запеканка из творога (рисовая)	150/40
Итого	400
Второй завтрак	
Без диет	
Ф386/1 Яблоки	100

	Итого	100
Обед		
Без диет		
Ф417/2 Напиток из плодов шиповника		180
004 Хлеб ржаной		50
003 Хлеб пшеничный		25
Ф292/1 Жаркое по-домашнему		44/136
083 Суп овощной		200
Ф508 Огурцы свежие		50
	Итого	685
Полдник		
Без диет		
Ф420/2 Кефир		180
Ф441/2 Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)		70
	Итого	250
Ужин		
Без диет		
003 Хлеб пшеничный		40
Ф414/2 Кофейный напиток с молоком		200
у122 Каша манная молочная		215/5
	Итого	460
	Итого за день	1 895
2 нед. Четверг		
Завтрак		
Без диет		
0542 Икра кабачковая		45
Ф414/2 Кофейный напиток с молоком		180
229/1 Омлет натуральный		140/5
001 Бутерброды с маслом		30/5
	Итого	400
Второй завтрак		
Без диет		
Ф417/1 Напиток из плодов шиповника		100
	Итого	100
Обед		
Без диет		
Ф315/2 Голубцы ленивые		160
004 Хлеб ржаной		50
394/1 Компот из смеси сухофруктов		180
003 Хлеб пшеничный		20
034 Салат из свеклы		50
088/1 Суп картофельный с макаронными изделиями		200
	Итого	660
Полдник		
Без диет		
Ф419/2 Молоко кипяченое		200
22222 Печенье		50
	Итого	250
Ужин		
Без диет		
Ф412/2 Чай с лимоном		190/10/7
Ф301/2 Тефтели из рыбы крупяные (с молочным соусом)		80
Ф136/1 Картофель отварной		145/5
003 Хлеб пшеничный		30
	Итого	467
	Итого за день	1 877
2 нед. Пятница		
Завтрак		
Без диет		
413/2 Чай с молоком		180
Ф100/2 Суп молочный с макаронными изделиями		200
001 Бутерброды с маслом		30/5
	Итого	415
Второй завтрак		

Без диет	
Ф418/3 Сок фруктовый	100
Итого	100
Обед	
Без диет	
Ф417/2 Напиток из плодов шиповника	180
004 Хлеб ржаной	50
013 Огурцы соленые	50
003 Хлеб пшеничный	20
Ф086/6 Суп картофельный с крупой пшенной	200
Ф294/1 Бефстроганов из отварного мяса	80/40
Ф339 Пюре картофельное	130
Итого	710
Полдник	
Без диет	
Ф245/1 Сырники из творога	70
п416/2 Какао с молоком	180
Итого	250
Ужин	
Без диет	
Ф414/2 Кофейный напиток с молоком	200
Ф199/2 Каша "Геркулес" жидкая на молоке	220/5/3
003 Хлеб пшеничный	30
Итого	450
Итого за день	1 925

Старшая медицинская сестра _____ /

Главный бухгалтер _____ /

Корниенко К.Д.
Зеленова К.В.

/ Корниенко К.Д. /

/ Зеленова К.В. /