

Основное 2-х недельное меню



Категория питающихся: Родительская плата 7-11лет

Сезон ОБЕД Осень-зима 135р

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Обед комплекс 1				Обед комплекс 1			
КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	80	2/6/40/152	КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	60	2/4/30/114
КП25175	Рассольник овощной со сметаной	200	2/3/13/118	КП25176	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1/4/21/185
КП25113	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	11/9/47/316	КП25040	Макароны отварные с маслом	150	4/6/27/215
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67	КП25194	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
				ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
Обед комплекс 1 ИТОГО			20/22/142/804	Обед комплекс 1 ИТОГО			21/22/133/859
Обед комплекс 2				Обед комплекс 2			
КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	80	1/11/5/126	КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	60	1/8/4/95
КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225	КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225
КП25004	Плов из говядины	200	9/11/25/288	КП25046	Картофельное пюре	150	4/7/20/199
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП25001	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
				ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
Обед комплекс 2 ИТОГО			21/32/98/900	Обед комплекс 2 ИТОГО			25/30/95/884
Понедельник ИТОГО			41/54/240/1704	Понедельник ИТОГО			46/52/228/1743
Вторник				Вторник			
Обед комплекс 1				Обед комплекс 1			
КП25117	Салат из белокачанной капусты	60	1/1/14/63	КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1/1/14/72
КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225	КП25011	Свекольник со сметаной	200	2/5/8/104
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	150	5/5/21/206	КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	150	4/3/38/193
КП25001	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104	КП25002	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69

Обед комплекс 1 ИТОГО			26/21/106/859	Обед комплекс 1 ИТОГО			20/20/110/717
Обед комплекс 2				Обед комплекс 2			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1/1/14/72	КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	60	2/4/30/114
КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1/3/9/171	КП25176	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1/4/21/185
КП25048	Спагетти отварные с маслом	150	10/5/54/292	КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	150	5/5/21/206
КП25007	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	90	6/4/9/98	КП25008	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84
КП25029	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
Обед комплекс 2 ИТОГО			23/17/120/827	Обед комплекс 2 ИТОГО			21/21/117/807
Вторник ИТОГО			49/38/226/1686	Вторник ИТОГО			41/41/227/1524
Среда				Среда			
Обед комплекс 1				Обед комплекс 1			
КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1/3/9/171	КП25117	Салат из белокочанной капусты	60	1/1/14/63
КП25014	Жаркое по-домашнему (говядина)	180	8/12/28/310	КП25034	Суп с рисовой крупой	200	2/2/13/135
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67	КП25162	Картофель по-деревенски	150	4/4/39/210
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	КП25006	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9/5/11/125
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
				ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
Обед комплекс 1 ИТОГО			14/19/88/781	Обед комплекс 1 ИТОГО			21/16/107/711
Обед комплекс 2				Обед комплекс 2			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1/1/14/72	КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	8/5/15/200	КП25025	Суп гороховый с томатом	200	8/5/15/207
КП25162	Картофель по-деревенски	150	4/4/39/210	КП25014	Жаркое по-домашнему (говядина)	200	9/13/31/344
КП25006	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9/5/11/125	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69				
Обед комплекс 2 ИТОГО			27/19/121/825	Обед комплекс 2 ИТОГО			22/22/85/811
Среда ИТОГО			41/38/209/1606	Среда ИТОГО			43/38/192/1522
Четверг				Четверг			
Обед комплекс 1				Обед комплекс 1			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1/1/14/72	КП25152	Салат "Пестрый" на растительном масле(свекла,яблоко)	60	1/3/6/54
КП25176	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230	2/5/25/213	КП25038	Суп картофельный с вермишелью	230	2/4/15/174
КП25004	Плов из говядины	200	9/11/25/288	КП25022	Гречка по-купечески	160	9/8/14/188
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
Обед комплекс 1 ИТОГО			18/21/116/834	Обед комплекс 1 ИТОГО			17/19/77/634
Обед комплекс 2				Обед комплекс 2			

КП25152	Салат "Пестрый" на растительном масле(свекла,яблоко)	60	1/3/6/54	КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	60	2/4/30/114
КП25175	Рассольник овощной со сметаной	230	2/4/15/136	КП25033	Суп-лапша домашняя	230	6/7/18/259
КП25048	Спагетти отварные с маслом	150	10/5/54/292	КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	150	4/3/38/193
КП25001	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104	КП25001	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
Обед комплекс 2 ИТОГО			28/21/130/847	Обед комплекс 2 ИТОГО			27/23/141/931
Четверг ИТОГО			46/42/246/1681	Четверг ИТОГО			44/42/218/1565
Пятница				Пятница			
Обед комплекс 1				Обед комплекс 1			
КП31016	Салат "Коул Слоу" (капуста,морковь,лимон,масло растительное)	60	1/8/4/95	КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1/1/14/72
КП25025	Суп гороховый с томатом	200	8/5/15/207	КП25177	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	2/4/12/165
КП25162	Картофель по-деревенски	150	4/4/39/210	КП25040	Макароны отварные с маслом	150	4/6/27/215
КП25006	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9/5/11/125	КП25006	Биточки рыбные с соусом томатным	90	9/5/11/125
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП25029	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
Обед комплекс 1 ИТОГО			27/26/96/864	Обед комплекс 1 ИТОГО			21/20/98/771
Обед комплекс 2				Обед комплекс 2			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	60	1/1/14/72	КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	40	1/3/20/76
КП25176	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1/4/21/185	КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	230	9/6/17/230
КП25040	Макароны отварные с маслом	150	4/6/27/215	КП25004	Плов из говядины	160	7/9/20/230
КП25007	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	90	6/4/9/98	КП25029	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82
ХЛПШЭЛВ	Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки первого сорта с витаминами и железом	35	3/0/13/82	ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69
ХЛРЖЭЛВ	Хлеб ржано-пшеничный	30	2/4/11/69				
Обед комплекс 2 ИТОГО			17/19/98/797	Обед комплекс 2 ИТОГО			22/22/91/730
Пятница ИТОГО			44/45/194/1661	Пятница ИТОГО			43/42/189/1501

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 44/43/217/1619