

Плановое меню четырёхнедельное

УТВЕРЖДАЮ:
Директор _____ Абдрахманова Р.И.

Сезон: **Осень-зима**
Категория: **Учащиеся 1-4 классы**
Диета: **1 неделя повторяется на 3**
2 неделя повторяется на 4

Наименование блюда	Выход блюда (г)
1 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП22154 Салат из моркови	60
КП22173 Каша гречневая рассыпчатая	120
КП22234 Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40
КП22003 Чай с сахаром	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	530
Обед	
Без диет	
КП22156 Суп картофельный с лапшой домашней	230
КП22155 Плов из куриного филе	170
КП22002 Компот из вишни	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	705
Итого за день	1 235
1 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП22105 Каша "Дружба" молочная	150/4
КП22099 Кофейный напиток с молоком	200
КП22206 Бутерброд с сыром	50/12
КП22153 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	512
Обед	
Без диет	
КП22161 Салат из белокачанной капусты	40
КП22210 Уха с крупой	215/15
КП22015 Запеканка картофельная с курицей B2	130
КП22007 Напиток яблочный	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	705
Итого за день	1 217
1 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП22170 Салат из свеклы	40
КП22176 Картофельное пюре	140
КП22127 Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70
КП22003 Чай с сахаром	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	500
Обед	
Без диет	

КП22221 Суп картофельный с бобовыми и гречками	230
КП22167 Макароны отварные с маслом	130
КП22077 Биточки мясные с соусом томатным	60/40
КП22005 Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	765
Итого за день	1 265
1 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	
КП22154 Салат из моркови	100
КП22155 Плов из куриного филе	150
КП22164 Чай с молоком и сахаром	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	500
Обед	
Без диет	
КП22170 Салат из свеклы	50
КП22190 Суп с пшенной крупой	230
КП22234 Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40
КП22176 Картофельное пюре	110
КП22008 Компот из смеси сухофруктов	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	795
Итого за день	1 295
1 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП22167 Макароны отварные с маслом	160
КП22222 Тефтели из говядины с соусом томатным	60/30
КП22001 Чай с лимоном и сахаром	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	510
Обед	
Без диет	
КП22215 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	230/5
КП22173 Каша гречневая рассыпчатая	120
КП22178 Котлеты куриные с подливом овощным	60/40
КП22169 Кисель фруктовый	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	755
Итого за день	1 265
2 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП22192 Салат витаминный	100
КП22256 Каша рисовая с куриным филе	150
КП22003 Чай с сахаром	200
КП22203 Бутерброд с маслом	50/10
Итого	510
Обед	
Без диет	
КП22213 Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	230/5

КП22120 Пюре гороховое	130
КП22077 Биточки мясные с соусом томатным	60/40
КП22005 Компот из свежемороженых ягод (яблоки/черноплодная рябина)	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	765
Итого за день	1 275
2 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП22103 Каша пшеничная молочная	150/4
КП22152 Сырники из творога с соусом молочным	60/30
КП22203 Бутерброд с маслом	50/10
КП22089 Какао с молоком	200
Итого	510
Обед	
Без диет	
КП22154 Салат из моркови	60
КП22050 Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	200/5
КП22225 Картофель тушеный с куриным филе	140
КП22007 Напиток яблочный	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	705
Итого за день	1 215
2 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП22252 Жаркое по-домашнему	150
КП22003 Чай с сахаром	200
КП22202 Бутерброд с маслом	40/10
КП22153 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	500
Обед	
Без диет	
КП22156 Суп картофельный с лапшой домашней	230
КП22113 Каша рисовая рассыпчатая с маслом	130
КП22127 Рыба тушеная в томатном соусе с овощами	70
КП22002 Компот из вишни	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	735
Итого за день	1 235
2 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	
КП22173 Каша гречневая рассыпчатая	150
КП22178 Котлеты куриные с подливом овощным	60/40
КП22001 Чай с лимоном и сахаром	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	500
Обед	
Без диет	
КП22101 Суп картофельный с бобовыми и гречками	230
КП22183 Картофель отварной запеченный	110
КП22339 Куриное филе, тушеное с овощами	60
КП22180 Инстантный напиток витаминизированный	200

ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	705
Итого за день	1 205
2 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП22176 Картофельное пюре	150
КП22019 Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40
КП22151 Напиток витаминизированный из свежзамороженных ягод	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	500
Обед	
Без диет	
КП22218 Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	230/5
КП22167 Макароны отварные с маслом	120
КП22096 Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/30
КП22006 Компот из свежзамороженной смородины	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	65
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	40
Итого	755
Итого за день	1 255

Врач-диетолог _____ / _____ /

Медицинская сестра диетическая _____ / _____ /