

Плановое меню четырёхнедельное

УТВЕРЖДАЮ: _____
Директор _____ Абдрахманова Р.И.

Сезон: **Осень-зима**
Категория: **Учащиеся 5-11 классы**
Диета: **1 неделя повторяется на 3 неделю**
2 неделя повторяется на 4 неделю

Наименование блюда	Выход блюда (г)
1 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП22154 Салат из моркови	70
КП22173 Каша гречневая рассыпчатая	130
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	550
Обед	
Без диет	
КП22156 Суп картофельный с лапшой домашней	250
КП22155 Плов из куриного филе	230
КП22002 Компот из вишни	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 350
1 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП22105 Каша "Дружба" молочная	200
КП22099 Кофейный напиток с молоком	200
КП22206 Бутерброд с сыром	50/12
КП22153 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	562
Обед	
Без диет	
КП22161 Салат из белокочанной капусты	70
КП22211 Уха с крупой	230/20
КП22015 Запеканка картофельная с курицей В2	160
КП22007 Напиток яблочный	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 362
1 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП22170 Салат из свеклы	60
КП22176 Картофельное пюре	170
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	550
Обед	
Без диет	

Дата: 18.08.2022

КП22221 Суп картофельный с бобовыми и гречками	230
КП22167 Макароны отварные с маслом	150
КП22077 Биточки мясные с соусом томатным	60/40
КП22005 Компот из свежемороженой ягоды (яблоки/черноплодная рябина)	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 350
1 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	
КП22154 Салат из моркови	100
КП22155 Плов из куриного филе	200
КП22164 Чай с молоком и сахаром	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	550
Обед	
Без диет	
КП22170 Салат из свеклы	50
КП22190 Суп с пшенной крупой	250
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	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	830
Итого за день	1 380
1 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
0000024 Макароны изделия отварные с маслом	200
КП22230 Тефтели из говядины с соусом томатным	60/40
КП22001 Чай с лимоном и сахаром	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	550
Обед	
Без диет	
КП22039 Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250/5
КП22173 Каша гречневая рассыпчатая	130
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	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 350
2 нед. Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
КП22192 Салат витаминный	100
КП22256 Каша рисовая с куриным филе	180
КП22003 Чай с сахаром	200
КП22203 Бутерброд с маслом	50/10
Итого	540
Обед	
Без диет	
КП22033 Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	250/5

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	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 340
2 нед. Вторник	
Завтрак	
Без диет	
КП22104 Каша пшеничная молочная	200/5
КП22152 Сырники из творога с соусом молочным	60/30
КП22203 Бутерброд с маслом	50/10
КП22089 Какао с молоком	200
Итого	560
Обед	
Без диет	
КП22154 Салат из моркови	70
КП22051 Суп крестьянский с крупой (пшено) со сметаной	250/5
КП22225 Картофель тушеный с куриным филе	160
КП22007 Напиток яблочный	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 360
2 нед. Среда	
Завтрак	
Без диет	
КП22252 Жаркое по-домашнему	200
КП22003 Чай с сахаром	200
КП22202 Бутерброд с маслом	40/10
КП22153 Фрукты свеж.(шт.)	100
Итого	550
Обед	
Без диет	
КП22156 Суп картофельный с лапшой домашней	250
КП22113 Каша рисовая рассыпчатая с маслом	160
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	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 350
2 нед. Четверг	
Завтрак	
Без диет	
КП22173 Каша гречневая рассыпчатая	200
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	550
Обед	
Без диет	
КП22101 Суп картофельный с бобовыми и гречками	230/20
КП22183 Картофель отварной запеченный	170
КП22339 Куриное филе, тушенное с овощами	60

ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	70
КП22180 Инстантный напиток витаминизированный	200
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 350
2 нед. Пятница	
Завтрак	
Без диет	
КП22176 Картофельное пюре	200
КП22019 Тефтели из говядины с подливом овощным	60/40
КП22151 Напиток витаминизированный из свежемороженой ягод	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	550
Обед	
Без диет	
КП22048 Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	250/5
КП22167 Макароны отварные с маслом	130
КП22234 Фрикадельки из птицы в томатном соусе	60/40
КП22006 Компот из свежемороженой смородины	200
ХП22ИГ1 Хлеб для детского питания из пшеничной хлебопекарной муки с витаминами и железом	70
ХП22ИГ2 Хлеб для детского питания из смеси пшеничной и ржаной хлебопекарной муки с витаминами и железом	50
Итого	800
Итого за день	1 350

Врач-диетолог _____ / _____ /
Медицинская сестра диетическая _____ / _____ /