

СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Байбурин Р.В.

Основное 2-х недельное меню

Категория питающихся: Дети до 3 лет

Сезон Осень-зима

№ 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			
Завтрак				Завтрак			
КП25072	Каша рисовая молочная	165	4/8/26/186	КП25084	Каша пшённая молочная жидкая	160	6/7/28/199
КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20	КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак ИТОГО			7/16/45/332	Завтрак ИТОГО			12/11/51/341
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82	Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82
Обед				Обед			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	40	1/1/9/48	КП25045	Салат из свеклы на растительном масле	40	1/3/20/76
КП25033	Суп-лапша домашняя	150	4/5/12/169	КП25176	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	150	1/3/16/139
КП25022	Гречка по-купечески	120	7/6/11/141	КП25155	Макаронник с говяжьим фаршем	120	17/16/38/362
КП25075	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	150	0/0/13/90	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	150	1/0/21/82
65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			16/15/64/554	Обед ИТОГО			24/25/114/765
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25042	Сырники из творога с соусом молочным	90	5/5/14/146	КП25046	Картофельное пюре	110	3/5/15/146
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	150	0/0/2/57	КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20
КП25023	Печенье в ассортименте	40		65	Хлеб пшеничный	20	2/0/8/47
Уплотненный полдник ИТОГО			5/5/16/203	Уплотненный полдник ИТОГО			5/5/28/213
Понедельник ИТОГО			28/36/134/1171	Понедельник ИТОГО			41/41/202/1401
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
КП25041	Каша манная молочная	160	7/8/19/199	КП25074	Каша пшеничная молочная	165	3/4/15/161
КП25054	Какао с молоком	150	0/2/8/52	КП25070	Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	150	2/2/8/52
КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126
Завтрак ИТОГО			13/14/45/373	Завтрак ИТОГО			8/14/37/339
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82	Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82
Обед				Обед			
КП25175	Рассольник овощной со сметаной	150	1/3/10/88	КП25033	Суп-лапша домашняя	150	4/5/12/169
КП25040	Макаронны отварные с маслом	110	3/4/20/158	КП25100	Пюре гороховое	110	2/1/21/104
КП25061	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	60	8/4/3/84	КП25101	Котлеты куриные	60	9/5/3/104
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	150	1/0/21/82	КП25075	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	180	0/0/15/108
65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47

Обед ИТОГО			17/14/73/518	Обед ИТОГО			19/14/70/591
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25046	Картофельное пюре	110	3/5/15/146	КП25042	Сырники из творога с соусом молочным	90	5/5/14/146
КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20	КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	150	0/0/2/57
65	Хлеб пшеничный	20	2/0/8/47	КП25023	Печенье в ассортименте	40	
Уплотненный полдник ИТОГО			5/5/28/213	Уплотненный полдник ИТОГО			5/5/16/203
Вторник ИТОГО			35/33/155/1186	Вторник ИТОГО			32/33/132/1215
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
КП25074	Каша пшеничная молочная	165	3/4/15/161	КП25041	Каша манная молочная	160	7/8/19/199
КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20	КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак ИТОГО			6/12/34/307	Завтрак ИТОГО			13/12/42/341
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП25078	Йогурт	100	2/2/10/96	КП25078	Йогурт	100	2/2/10/96
Завтрак второй ИТОГО			2/2/10/96	Завтрак второй ИТОГО			2/2/10/96
Обед				Обед			
КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150	1/2/7/128	КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	40	1/1/9/48
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	110	3/2/28/142	КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180	1/2/8/154
КП25096	Биточки рыбные	60	9/5/11/125	КП25022	Гречка по-купечески	120	7/6/11/141
КП25031	Компот яблочный	150	0/0/13/50	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	150	1/0/21/82
65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			17/12/78/551	Обед ИТОГО			14/12/68/531
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25077	Вак-беляш	80	5/6/19/162	КП25073	Макаронные изделия с тёртым сыром	110	8/7/16/205
КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20	КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20
				КП25023	Печенье в ассортименте	40	
Уплотненный полдник ИТОГО			5/6/24/182	Уплотненный полдник ИТОГО			8/7/21/225
Среда ИТОГО			30/32/146/1136	Среда ИТОГО			37/33/141/1193
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
КП25084	Каша пшённая молочная жидкая	160	6/7/28/199	КП25053	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	7/8/29/216
КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20	КП25054	Какао с молоком	150	0/2/8/52
КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126
Завтрак ИТОГО			12/11/51/341	Завтрак ИТОГО			10/18/51/394
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82	Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82
Обед				Обед			
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	150	6/4/11/150	КП25025	Суп гороховый с томатом	150	6/4/11/150
КП25046	Картофельное пюре	110	3/5/15/146	КП25046	Картофельное пюре	110	3/5/15/146
КП25066	Тефтели из говядины с рисом под соусом томатным	60	1/5/4/115	КП25110	Фишболы рыбные	60	9/5/11/125
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	150	1/0/21/82	КП25031	Компот яблочный	150	0/0/13/50
65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			15/17/70/599	Обед ИТОГО			22/17/69/577
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25173	Омлет натуральный	110	7/0/0/30	КП25173	Омлет натуральный	110	7/0/0/30
КП25092	Чай с молоком и сахаром	150	2/4/14/56	КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20
65	Хлеб пшеничный	20	2/0/8/47	65	Хлеб пшеничный	20	2/0/8/47
Уплотненный полдник ИТОГО			11/4/22/133	Уплотненный полдник ИТОГО			9/0/13/97
Четверг ИТОГО			38/32/152/1155	Четверг ИТОГО			41/35/142/1150
Пятница				Пятница			

Завтрак				Завтрак			
КП25053	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	165	7/8/29/216	КП25074	Каша пшеничная молочная	160	3/4/15/156
КП25070	Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	150	2/2/8/52	КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак ИТОГО			12/18/51/394	Завтрак ИТОГО			9/8/38/298
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП25080	Кефир	100	3/3/9/76	КП25080	Кефир	100	3/3/9/76
Завтрак второй ИТОГО			3/3/9/76	Завтрак второй ИТОГО			3/3/9/76
Обед				Обед			
КП25117	Салат из белокочанной капусты	40	1/1/9/42	КП25178	Свекольник со сметаной	150	2/3/6/78
КП25177	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	150	1/3/9/124	КП25040	Макароны отварные с маслом	110	3/4/20/158
КП25020	Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	120	7/6/11/142	КП25104	Котлеты мясные	60	8/7/8/130
КП25030	Чай витаминизированный "Витошка"	150	0/0/7/29	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	150	1/0/21/82
65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			13/13/55/443	Обед ИТОГО			18/17/74/554
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25098	Булочка молочная	80	7/4/41/225	КП25098	Булочка молочная	80	7/4/41/225
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	150	0/0/2/57	КП25027	Чай с сахаром	150	0/0/5/20
Уплотненный полдник ИТОГО			7/4/43/282	Уплотненный полдник ИТОГО			7/4/46/245
Пятница ИТОГО			35/38/158/1195	Пятница ИТОГО			37/32/167/1173

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 35/34/153/1198