



Руководитель образовательного учреждения

Директор

УТВЕРЖДАЮ:

Урманова Н.С.

Примерное меню и пищевая ценность
приготавливаемых блюд
(2-х недельное)



Категория питающихся: с 7-11 лет пищ.аллергия 1

Сезон Весна-лето

№ 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			
ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	220	7/8/38/251	КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	170	4/4/43/219
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	КП26077	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
Обед				Обед			
КП26049	Рассольник овощной	200	2/3/13/127	КП26060	Рассольник ленинградский с крупой перловой	250	2/5/16/207
КП26091	Макароны отварные с маслом	150	4/6/27/215	КП26042	Макароны отварные с соусом болоньезе(130/35)	165	11/9/47/316
КП26013	Котлеты мясные с соусом томатным	90	7/6/7/117	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	45	4/1/17/106
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93				
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
КП25108	Картофель отварной	200	3/1/27/109	КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	200	6/7/28/275
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
Обед				Обед			
КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гречками	250	9/6/19/250	КП26047	Суп гороховый с томатом	250	9/6/19/259
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	150	7/8/19/216	КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	170	8/9/22/245
КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	20	2/0/8/47	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93
КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163				
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
ЛАК0001	Каша манная (без молока)на растительном масле	170	4/6/14/111	ЛК26054	Каша "Дружба" б/м на растительном масле	170	5/6/30/194
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	55	4/1/21/130
КП25112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82
Обед				Обед			
КП26059	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151	КП26061	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225
КП26089	Каша гречневая рассыпчатая	150	5/5/21/206	КП26087	Каша перловая рассыпчатая	150	5/4/31/169

КП26003	Котлеты куриные с соусом томатным	90	9/5/3/104	КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26076	Компот яблочный	200	0/0/18/67
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93
Четверг Завтрак				Четверг Завтрак			
КП26013	Котлеты мясные с соусом томатным	90	8/7/8/130	КП26058	Суп картофельный с бобовыми и гречками	220	8/6/17/220
КП26091	Макароны отварные с маслом	170	4/6/31/244	КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26056	Печенье в ассортименте	40	2/7/23/163
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
Обед				Обед			
КП26045	Борщ с капустой и картофелем	250	2/3/12/213	КП26059	Суп картофельный с вермишелью	200	1/3/13/151
КП26051	Плов из перловой крупы с куриным фаршем	200	12/8/33/251	КП25108	Картофель отварной	150	2/0/20/82
КП26112	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП26018	Тефтели из говядины с рисом под подливом овощным	90	1/5/4/115
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
				ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93
Пятница Завтрак				Пятница Завтрак			
КП26065	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	КП26091	Макароны отварные с маслом	170	4/6/31/244
КП26094	Плов из рисовой крупы с куриным фаршем	200	9/11/25/288	КП26050	Болоньезе с куриным фаршем, том. пастой и овощами	90	13/15/20/147
КП26055	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП26073	Чай с лимоном и сахаром	200	1/0/0/48
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94
Обед				Обед			
КП26057	Суп крестьянский с крупой (пшено)	200	17/21/51/257	КП26062	Щи из свежей капусты с картофелем	230	2/5/25/213
КП26090	Картофельное пюре	150	4/7/20/199	КП26088	Гречка по-купечески	170	10/9/15/200
КП26007	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	90	8/4/3/84	КП26074	Напиток яблочный	200	0/0/10/43
КП26075	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	50	4/1/19/118
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом*	40	3/0/15/94	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	50	4/7/18/116
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"*	40	3/6/14/93				