

СОГЛАСОВАНО
Руководитель общеобразовательного учреждения

УТВЕРЖДАЮ:
Директор Байбурин Р.В.

Основное 2-х недельное меню

Категория питающихся: Дети с 3 до 7 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 пшеничная молочная жидкая	160	6/7/28/199
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак ИТОГО			7/16/46/339	Завтрак ИТОГО			12/11/52/348
Обед				Обед			
КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь, сахар)	50	1/1/11/60	КП25176	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1/4/21/185
КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225	КП25155	Макаронник с говяжьим фаршем	130	18/17/41/393
КП25022	Гречка по-купечески	150	9/8/13/177	КП25196	Соус томатный	25	0/1/2/18
КП25075	Компот из свежих плодов (яблоко, лимон)	200	0/0/17/120	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1, В2, Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1, В2, Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2, Е) и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (В1, В2, Е) и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			19/18/76/688	Обед ИТОГО			24/25/111/812
Полдник				Полдник			
КП25056	Сок фруктовый	150	1/0/15/69	КП25107	Молоко кипяченое	150	4/5/6/82
КП25023	Печенье в ассортименте	40		КП25023	Печенье в ассортименте	40	
Полдник ИТОГО			1/0/15/69	Полдник ИТОГО			4/5/6/82
Ужин				Ужин			
КП25103	Сырники из творога с соусом молочным	150	5/5/14/146	КП25117	Салат из белокочанной капусты	50	1/1/11/52
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП25046	Картофельное пюре	150	4/7/20/199
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1, В2, Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
				65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (В1, В2, Е) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47
Ужин ИТОГО			7/5/25/269	Ужин ИТОГО			7/8/45/325
Понедельник ИТОГО			34/39/162/1365	Понедельник ИТОГО			47/49/214/1567
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	200	0/2/10/69	КП25070	Кофейный напиток с молоком (Цикорий)	200	2/3/10/69
КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126
Завтрак ИТОГО			13/14/47/390	Завтрак ИТОГО			8/15/39/356
Обед				Обед			
КП25175	Рассольник овощной со сметаной	200	2/3/13/118	КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225
КП25040	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186	КП25100	Пюре гороховое	130	3/2/25/123
КП25062	Котлеты куриные "Наггетсы" с подливом овощным	80	8/4/3/84	КП25064	Котлеты куриные с соусом томатным	80	9/5/3/104

КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП25075	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон)	200	0/0/17/120
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			18/15/86/604	Обед ИТОГО			21/16/80/678
Полдник				Полдник			
КП25107	Молоко кипячённое	150	4/5/6/82	КП25056	Сок фруктовый	150	1/0/15/69
Д07ТБ19	Выпечка в ассортименте	50	4/4/26/159	КП25181	Кекс в ассортименте	1шт.	3/2/30/138
Полдник ИТОГО			8/9/32/241	Полдник ИТОГО			4/2/45/207
Ужин				Ужин			
КП25071	Свекла отварная(порционно)	50	1/0/4/18	КП25103	Сырники из творога с соусом молочным	150	5/5/14/146
КП25046	Картофельное пюре	150	4/7/20/199	КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47				
Ужин ИТОГО			7/7/38/291	Ужин ИТОГО			7/5/25/269
Вторник ИТОГО			46/45/203/1526	Вторник ИТОГО			40/38/189/1510
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	200	0/0/6/27	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	40	3/9/15/144
Завтрак ИТОГО			6/12/35/314	Завтрак ИТОГО			10/17/40/370
Обед				Обед			
КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1/3/9/171	КП25052	Салат из моркови на растительном масле (морковь,сахар)	50	1/1/11/60
КП25154	Плов из перловой крупы с говяжим фаршем	150	7/6/10/126	КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1/3/9/171
КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67	КП25004	Плов из говядины	150	7/8/19/216
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59
				ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			12/12/56/470	Обед ИТОГО			14/15/86/663
Полдник				Полдник			
КП25078	Йогурт	150	3/3/15/144	КП25078	Йогурт	150	3/3/15/144
КП25023	Печенье в ассортименте	40		КП25023	Печенье в ассортименте	40	
Полдник ИТОГО			3/3/15/144	Полдник ИТОГО			3/3/15/144
Ужин				Ужин			
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	130	3/3/33/168	КП25193	Картофель тушенный с овощами	130	3/8/20/164
КП25067	Биточки рыбные с соусом томатным	80	9/5/11/125	КП25109	Фишболы рыбные с соусом томатным	80	9/5/11/125
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47
Ужин ИТОГО			14/8/58/367	Ужин ИТОГО			14/13/45/363
Среда ИТОГО			35/35/164/1295	Среда ИТОГО			41/48/186/1540
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	200	0/0/6/27	КП25054	Какао с молоком	200	0/2/10/69
КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126
Завтрак ИТОГО			12/11/52/348	Завтрак ИТОГО			10/18/53/411
Обед				Обед			
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гречками	200	8/5/15/200	КП25025	Суп гороховый с томатом	200	8/5/15/200
КП25108	Картофель отварной	130	2/0/18/71	КП25047	Каша перловая рассыпчатая	130	3/3/21/144
КП25065	Тефтели из говядины с рисом под соусом томатным	80	1/5/4/115	КП25063	Голубцы ленивые "Детские" под соусом томатным	80	6/4/9/64
КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110	КП25031	Компот яблочный	200	0/0/18/67
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			16/13/84/602	Обед ИТОГО			21/15/82/581
Полдник				Полдник			
КП25056	Сок фруктовый	150	1/0/15/69	КП25056	Сок фруктовый	150	1/0/15/69
КП25181	Кекс в ассортименте	1шт.	3/2/30/138	КП25023	Печенье в ассортименте	40	
Полдник ИТОГО			4/2/45/207	Полдник ИТОГО			1/0/15/69
Ужин				Ужин			
КП25173	Омлет натуральный	150	10/0/0/41	КП25173	Омлет натуральный	150	10/0/0/41
КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47
Ужин ИТОГО			12/0/14/115	Ужин ИТОГО			12/0/14/115
Четверг ИТОГО			44/26/195/1272	Четверг ИТОГО			44/33/164/1176
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)	200	2/3/10/69	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак ИТОГО			12/19/53/411	Завтрак ИТОГО			9/8/39/305
Обед				Обед			
КП25117	Салат из белокачанной капусты	50	1/1/11/52	КП25178	Свекольник со сметаной	200	2/5/8/104
КП25177	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	2/4/12/165	КП25040	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186
КП25020	Каша гречневая рассыпчатая с овощами и куриным фаршем	150	9/8/13/177	КП25059	Котлеты мясные с соусом томатным	80	8/7/8/130
КП25030	Чай витаминизированный "Витошка"	200	0/0/10/39	КП25028	Компот из смеси сухофруктов	200	1/0/28/110
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	25	2/0/10/59
ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47	ШК00129	Хлеб ржано-пшеничный формовой с витаминами (B1, B2,E)и железом "Свежий1" из смеси муки ржаной	20	2/3/9/47
Обед ИТОГО			16/16/65/539	Обед ИТОГО			18/20/86/636
Полдник				Полдник			
КП25080	Кефир	150	4/5/13/113	КП25107	Молоко кипяченое	150	4/5/6/82
КП25098	Булочка молочная	50	4/2/26/141	КП25098	Булочка молочная	50	4/2/26/141
Полдник ИТОГО			8/7/39/254	Полдник ИТОГО			8/7/32/223
Ужин				Ужин			
КП25073	Макаронные изделия с тертым сыром	150	11/9/22/280	КП24116	Салат из моркови и яблок (морковь, яблоко, масло раст.)	50	0/5/4/62
КП25043	Кисель на Плодово-Ягодных экстрактах в ассортименте	200	0/0/3/76	КП25108	Картофель отварной	130	2/0/18/71
65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47	КП25027	Чай с сахаром	200	0/0/6/27
КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/82	65	Хлеб пшеничный формовой с витаминами (B1,B2,E) и железом "Свежий2" из муки пшеничной	20	2/0/8/47

			КП25044	Фрукты свеж.(шт.)яблоко	100	0/0/9/32,
Ужин ИТОГО		13/9/42/485	Ужин ИТОГО		4/5/45/289	"
Пятница ИТОГО		49/51/199/1689	Пятница ИТОГО		39/40/202/1453	

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 42/40/188/1439