

Плановое меню
недельноеСезон: Год
Категория: Дети от 7 до 11 лет
Диета: Все

Наименование блюда	Выход блюда (г)
Понедельник	
Завтрак	
Без диет	
Н000476 Бутерброд с маслом и с сыром	100/10/13
Н000382 Кофейный напиток на молоке с печеньем	200/20
Н000475 Каша рисовая молочная с маслом и сахаром	200/5/5
Обед	
Без диет	
Н000002 Рыба припущенная (минтай)	90
0000019 Салат капустный	60
Н000003 Картофельное пюре/подлива	150/50
Н000001 Суп картофельный с крупой	200
Н000005 Компот из сухофруктов	200
Н000006 Хлеб пшеничный	80
Вторник	
Завтрак	
Без диет	
К000209 Яйцо отварное	1 шт.
Н000479 Каша молочная геркулес с маслом и сахаром	235/5/5
Н000377 Чай с лимоном 1 вар.	200
Н000017 Фрукты свежие	150
Н000478 Хлеб с маслом	100/10
Обед	
Без диет	
Н000006 Хлеб пшеничный	80
Н000007 Борщ со сметаной	200/10
Н000008 Котлеты из индейки	90
Н000009 Макароны отварные с подливой	145/50
Н000377 Чай с лимоном	205
Н000011 Салат свекольный	60
Среда	
Завтрак	
Без диет	
К000478 Бутерброд с маслом	100/15
К000209 Яйцо отварное	1 шт.
Н000482 Каша манная молочная с маслом и сахаром	350/5/5
Н000376 Чай с сахаром	200
Н000485 Печенье	30
Обед	
Без диет	
Н000006 Хлеб пшеничный	80
Н000012 Суп картофельный с бобовыми	200
Н000014 Салат морковный	60
Н000013 Плов из говядины	200
Н000005 Компот из сухофруктов	200
Четверг	
Завтрак	
Без диет	
К000478 Хлеб с маслом	100/15
К000209 Яйцо отварное	1 шт.
Н000377 Чай с лимоном 1 вар.	200
Н000483 Каша гречневая молочная с маслом	200/5/5

Н000017 Фрукты свежие	150
Обед	
Без диет	
Н000017 Фрукты свежие	150
Н000006 Хлеб пшеничный	80
Н000015 Картофельный суп с макаронными изделиями	200
Н000011 Салат свекольный	60
Н000016 Куры отварные/макаронны отварные/подлива	90/165/50
Н000377 Чай с лимоном	205
Пятница	
Завтрак	
Без диет	
Н000478 Бутерброд с маслом	100/10
Н000382 Какао с молоком и печеньем	200/34
Н000475 Каша рисовая молочная с маслом и сахаром	200/5/5
Обед	
Без диет	
Н000006 Хлеб пшеничный	80
Н000018 Суп фасолевый	200
Н000019 Салат капустный	60
Н000020 Мясо индейки тушенное/с подливой/гречка	90/50/120
Н000005 Компот из сухофруктов	200
Суббота	
Завтрак	
Без диет	
Н000478 Хлеб с маслом	100/15
Н000209 Яйцо отварное	1 шт.
Н000484 Пряник	55
Н000173 Каша пшеничная на молоке с маслом	300/5/5
Н000377 Чай с лимоном 2 вар.	200
Обед	
Без диет	
Н000006 Хлеб пшеничный	80
Н000021 Борщ	200
Н000014 Салат морковный	60
Н000023 Тефтели в соусе с рисом	80/50/150
Н000377 Чай с лимоном	205

Ашева З.И. Ашмар
Аматреева Л.А. Ашмар