

Плановое меню  
двухнедельное

Сезон: **Зимне-весенний**  
Категория: **Сад (с 3 до 7 лет)100%**  
Диета: **Все**

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Стоимость
<b>1 нед. Понедельник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
227 Яйца вареные	1 шт	9.00
511 Зеленый горошек	40	10.73
054 Икра кабачковая	40	7.40
006 Масло (порциями)	10	8.90
Хлеб пшеничный	40	2.08
412/2с Чай с лимоном	180	2.22
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
386/1с Яблоки	80	7.60
<b>Обед</b>		
Без диет		
082/1с Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	27.77
219/1с Макароны изделия отварные с маслом	120	9.35
293/1с Гуляш из печени	80	38.21
394/1с Компот из смеси сухофруктов	180	3.91
Хлеб ржаной	40	2.16
<b>Полдник</b>		
Без диет		
182/5с Каша пшеничная вязкая молочная	150	15.63
Хлеб пшеничный	30	1.56
419/1 Молоко кипяченое	130	12.75
<b>1 нед. Вторник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
182/3с Каша манная вязкая молочная	180	17.15
416/2с Какао с молоком	180	15.82
Хлеб пшеничный	40	2.08
007/2 Сыр (порциями)	10	7.80
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
418/3 Сок фруктовый	130	10.27
<b>Обед</b>		
Без диет		
086/6с Суп картофельный с крупой пшенной	200	15.06
143/2с Капуста тушеная с мясом	160	59.98
394/1с Компот из смеси сухофруктов	180	3.91
Хлеб ржаной	40	2.16
<b>Полдник</b>		
Без диет		
251/2с Запеканка из творога с рисом	100	42.16
396/1с Кисель концентрат	180	7.44
386/1с Яблоки	80	7.60
<b>1 нед. Среда</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
101/4с Суп молочный с пшеном	180	18.65
412/2с Чай с лимоном	180	2.22
Хлеб пшеничный	40	2.08



<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
386/1с Яблоки*	80	7.60
<b>Обед</b>		
Без диет		
087/4с Суп картофельный с горохом	200	6.91
336/1с Картофель отварной	120	10.32
303/1с Тефтели мясные (1-й вариант)	80	53.98
397/1с Кисель	180	4.94
Хлеб ржаной	30	1.62
<b>Полдник</b>		
Без диет		
261/4с Рыба, тушенная с овощами (минтай)	80	33.31
Хлеб пшеничный	30	1.56
418/3 Сок фруктовый	150	11.85
<b>1 нед. Четверг</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
100/2с Суп молочный с вермишелью	180	21.06
412/2с Чай с лимоном	180	2.22
Хлеб пшеничный	40	2.08
006 Масло (порциями)	10	8.90
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
508 Печенье	20	2.72
<b>Обед</b>		
Без диет		
091/1с Суп картофельный с мучными клецками	200	9.27
321/2с Плов из птицы	160	27.21
394/1с Компот из смеси сухофруктов	180	3.91
Хлеб ржаной	30	1.62
<b>Полдник</b>		
Без диет		
452/1с Булочка домашняя	70	15.41
419/1 Молоко кипяченое	130	12.75
386/1с Яблоки	80	7.60
<b>1 нед. Пятница</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
101/5с Суп молочный с рисовой крупой	180	18.72
412/2с Чай с лимоном	180	2.22
Хлеб пшеничный	40	2.08
007/2 Сыр (порциями)	10	7.80
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
Вафли	30	10.50
<b>Обед</b>		
Без диет		
083/1с Свекольник со сметаной	200	17.32
339/1с Пюре картофельное	120	12.29
291/с Котлеты мясные	80	56.07
396/1с Кисель концентрат	180	7.44
Хлеб ржаной	40	2.16
<b>Полдник</b>		
Без диет		
301/3с Пудинг из печени с рисом	80	29.06
418/3 Сок фруктовый	130	10.27
Хлеб пшеничный	30	1.56
<b>2 нед. Понедельник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
101/2с Суп молочный с гречневой крупой	180	18.90



006 Масло (порциями)	10	8.90
Хлеб пшеничный	40	2.08
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
508 Печенье	40	5.44
418/3 Сок фруктовый	150	11.85
<b>Обед</b>		
Без диет		
083/1с Свекольник со сметаной	200	17.32
308/2с Запеканка картофельная с мясом	160	72.30
394/1с Компот из смеси сухофруктов	180	3.91
Хлеб ржаной	40	2.16
<b>Полдник</b>		
Без диет		
227 Яйца вареные	1 шт	9.00
054 Икра кабачковая	40	7.40
Хлеб пшеничный	30	1.56
414/2с Кофейный напиток с молоком	130	8.75
<b>2 нед. Вторник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
100/2с Суп молочный с вермишелью	180	21.06
412/2с Чай с лимоном	180	2.22
Хлеб пшеничный	40	2.08
007/2 Сыр (порциями)	10	7.80
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
386/1с Яблоки	100	9.50
<b>Обед</b>		
Без диет		
086/6с Суп картофельный с крупой пшенной	200	15.06
143/2с Капуста тушеная с мясом	160	59.98
390/1с Компот из свежих яблок	180	4.59
Хлеб ржаной	40	2.16
<b>Полдник</b>		
Без диет		
251/2с Запеканка из творога с рисом	100	42.16
418/3 Сок фруктовый	120	9.48
Хлеб пшеничный	30	1.56
<b>2 нед. Среда</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
182/3с Каша манная вязкая молочная	180	17.15
416/2с Какао с молоком	180	15.82
006 Масло (порциями)	10	8.90
Хлеб пшеничный	40	2.08
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
Вафли	50	17.50
<b>Обед</b>		
Без диет		
065/1с Борщ со сметаной	200	12.81
339/1с Пюре картофельное	100	9.47
261/4с Рыба, тушеная с овощами (минтай)	80	33.31
396/1с Кисель концентрат	180	8.01
Хлеб ржаной	40	2.16
<b>Полдник</b>		
Без диет		
055/1с Икра свекольная	80	7.95
511 Зеленый горошек	40	10.73
Хлеб пшеничный	30	1.56
418/3 Сок фруктовый	100	7.90



<b>Завтрак</b>		
Без диет		
101/5с Суп молочный с рисовой крупой	180	18.72
412/2с Чай с лимоном	180	2.22
006 Масло (порциями)	10	8.90
Хлеб пшеничный	40	2.08
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
418/3 Сок фруктовый	150	11.85
<b>Обед</b>		
Без диет		
095/1с Суп с рыбными консервами	200	36.99
219/1с Макароны изделия отварные с маслом	120	9.35
293/1с Гуляш из печени	80	38.21
397/1с Кисель	180	4.94
Хлеб ржаной	30	1.62
<b>Полдник</b>		
Без диет		
452/1с Булочка домашняя	70	15.41
419/1 Молоко кипяченое	100	9.81
386/1с Яблоки	80	7.60
<b>2 нед. Пятница</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
199/2с Каша "Геркулес" жидкая на молоке	180	19.82
412/2с Чай с лимоном	180	2.22
Хлеб пшеничный	40	2.08
007/2 Сыр (порциями)	10	7.80
<b>Второй завтрак</b>		
Без диет		
418/3 Сок фруктовый	150	11.85
<b>Обед</b>		
Без диет		
091/1с Суп картофельный с мучными клецками	200	9.27
321/2с Плов из птицы	160	27.21
390/1с Компот из свежих яблок	200	6.01
Хлеб ржаной	40	2.16
<b>Полдник</b>		
Без диет		
441/1с Ватрушки творожные	70	29.50
419/1 Молоко кипяченое	100	9.81
386/1с Яблоки	80	7.60

Врач-диетолог \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
 Медицинская сестра диетическая \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /