

## Плановое меню двухнедельное

Сезон: **Весенне-летний**  
 Категория: **Дети от 7 до 11 лет**  
 Диета: **Все**



Наименование блюда	Выход блюда (г)	Стоимость
<b>1 нед. Понедельник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
К000477 каша пшеничная с маслом	150	5,72
К000377 Чай с лимоном	180/15/5	3,60
К000486 курица запеченная	50	16.84
К000491 Суп-харчо	200	25.79
К000426 Булочка с повидлом обсыпная	60	20,00
К000478 хлеб пшеничный	50	2,60
К000039 Салат из бобовых с луком репчатым	50	9,06
Итого	760	83.61
Итого за день	760	83.61
<b>1 нед. Вторник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
К000209 Яйца вареные	1 шт.	15,00
К000338 Фрукты или ягоды свежие (бананы)	200	40,00
К000479 запеканка из творога со сметаной и сгущенным молоком	40/10/10	21.71
К000003 Бутерброд с сыром	64	9,81
К000120 Суп молочный с макаронными изделиями(вермишель)	200	9,53
К000382 Какао с молоком	200	7,80
Итого	764	102.85
Итого за день	764	102.85
<b>1 нед. Среда</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
К000303 Каша вязкая гречневая	150	7,22
К000480 котлета из говядины	60	32.24
К000377 Чай с лимоном	180/15/5	3,60
п006 Суп-хинкал с мясом на м/к бульоне с чесночной заправкой	200	24,78
К000478 хлеб пшеничный	50	2,60
К000067 Винегрет овощной	50	7,30
Итого	710	76.74
Итого за день	710	76.74
<b>1 нед. Четверг</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
К000475 пюре картофельное	140\6	ноя.27
К000482 рыба(хек) запеченная с овощной подливой	60	18,16
К000102 Суп гороховый	200	19.90
К000052 Салат из свеклы отварной	50	3,75
К000478 хлеб пшеничный	50	2,60
К000349 Компот из смеси сухофруктов	200	5,85
К000338 Фрукты или ягоды свежие (яблоки)	150	16,50
Итого	856	77.03
Итого за день	856	77.03
<b>1 нед. Пятница</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
К000265 Плов из говядины 1	150	30.13
К000377 Чай с лимоном	180/15/5	3,60
К000479 Борщ с мясом, на м/к бульоне	200	21,35
К000426 Булочка с повидлом обсыпная	60	20,00
К000478 хлеб пшеничный	50	2,60
К000059 Салат из моркови с чесноком	40	3,17
Итого	700	81.85
Итого за день	700	81.85
<b>2 нед. Понедельник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		

К000246 Гуляш из отварной говядины		70	30,79
К000376 Чай с сахаром		200/20	2,60
К000309 Макароны изделия отварные		150	1,44
К000049 Салат витаминный из свежей капусты (2 вариант)		50	4,78
К000489 Суп-лапша домашняя с курицей		200	11,73
К000426 Булочка с повидлом обсыпная		60	20,00
К000478 хлеб пшеничный		50	2,60
	Итого	780	73,94
	Итого за день	780	73,94
<b>2 нед. Вторник</b>			
<b>Завтрак</b>			
Без диет			
К000209 Яйца вареные		1 шт.	15,00
К000338 Фрукты или ягоды свежие (бананы)		200	40,00
К000479 запеканка из творога со сметаной и сгущенным молоком		40/10/10	21,71
К000003 Бутерброд с сыром		64	9,81
К000382 Какао с молоком		200	7,80
К000121 Суп молочный с крупой (рис)		200	8,01
	Итого	764	101,33
	Итого за день	764	101,33
<b>2 нед. Среда</b>			
<b>Завтрак</b>			
Без диет			
К000024 Салат из свежих помидоров и огурцов		44	13,49
К000495 суп фасолевый на м/к бульоне		200	20,23
К000105 Фрикадельки мясные с соусом овощным		45/20	32,50
К000478 хлеб пшеничный		50	2,60
К000349 Компот из смеси сухофруктов		200	5,85
К000302 Каша рассыпчатая(БУЛГУР)		150	7,22
	Итого	709	80,89
	Итого за день	709	80,89
<b>2 нед. Четверг</b>			
<b>Завтрак</b>			
Без диет			
К000475 пюре картофельное		140\6	12,27
К000482 рыба(хек) запеченная с овощной подливой		60	18,16
К000377 Чай с лимоном		180/15/5	3,60
К000487 суп перловый с мясом		200	17,96
К000426 Булочка с повидлом обсыпная		60	20,00
К000478 хлеб пшеничный		50	2,60
К000059 Салат из моркови с чесноком		40	3,17
	Итого	756	77,76
	Итого за день	756	77,76
<b>2 нед. Пятница</b>			
<b>Завтрак</b>			
Без диет			
К000376 Чай с сахаром		200/20	2,60
К000493 Мини пицца		120	50,45
К000478 хлеб пшеничный		50	2,60
К000259 Жаркое по-домашнему из говядины		180	38,42
	Итого	550	93,57
	Итого за день	550	93,57
	Итого за период		874,57

Дата: 29.03.2024

Стр: 2

Проверено: \_\_\_\_\_ / *Иванов* / \_\_\_\_\_ /  
 \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /