Примерное меню приготавливаемых блюд на 2024-2025 уч. год

Возрастная категория: 7 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	№ рецептуры
Неделя 1 Ден	ь 1		
ЗАВТРАК	Макаронные изделия, запеченные с сыром	250	296
	Булочка в ассор.	100	
	Чай с лимоном и сахаром	200	144
итого за за		550	
ОБЕД	Икра свекольная	100	119
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном	250	142.2
	бульоне	200	
	Плов мясной	200	265
	Напиток из шиповника	200	519
	Хлеб пшеничный	50	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА О	•	830	
полдник			
	Йогурт	115	
ИТОГО ЗА П		115	
итого за ді	:НЬ:	1495	
День 2	T		
3ABTPAK	Каша манная вязкая	250	250
	Булочка в ассор.	100	444
	Чай с лимоном и сахаром	200	144
итого за за	1	550	
ОБЕД	Икра кабачковая (промышленного производства)	100	
	Свекольник	250	131
	Рыба под маринадом	100	343
	Пюре картофельное	200	312
	Напиток с черной смородиной	200	511.4
	Хлеб пшеничный	50	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА О		930	
полдник	Йогурт	115	
ИТОГО ЗА П		115	
ИТОГО ЗА ДІ	ЕНЬ:	1595	
День 3			
3ABTPAK	Запеканка из творога с ягодным соусом	250	117.1
	Фрукт свежий, сезонный	100	
	Чай с сахаром	200	143
ИТОГО ЗА ЗА	ABTPAK	550	
ОБЕД	Свекла отварная	100	17
	Суп картофельный с рисом на курином бульоне	250	155.3
	Котлета куриная	100	99.1
	Каша из гороха с маслом	150	418.1
	Напиток витаминизированный	200	РЦ 10.86.
	Хлеб пшеничный	30	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	
ПОЛДНИК	Йогурт	115	
	Пирожное HIPPOVO	32	
итого за полдник		147	
итого за ді	ЕНЬ:	1557	
День 4			
3ABTPAK	Огурцы соленые	60	б/н
	Митбол куриный	100	412.1
	Каша гречневая рассыпчатая	160	237

	1	000	444
	Чай с лимоном и сахаром	200	144
	Хлеб пшеничный	30	108.1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	
ОБЕД	Морковь отварная	60	16
	Суп картофельный с макаронными изделиями на		
	курином	250	147
	Бульоне	222	407
	Рагу из птицы	200	407
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный	50	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК		790	
	Сок	200	
	Пирожное Яшкино	35	
итого за п		235	
итого за д	ЕНЬ:	1575	
День 5			
3ABTPAK	Каша "Дружба"	250	260
	Батон витаминный	40	
	Масло сливочное	10	105
	Сыр порциями	15	100.1
	Мини рулет Яшкино	35	
	Чай с сахаром	200	143
итого за з		550	
ОБЕД	Огурцы соленые	60	б/н
~~ ~	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	250	144.1
	Тефтели куриные	100	390.4
	Соус томатный	20	453
	,	180	291
	Макаронные изделия отварные	200	508
	Компот из смеси сухофруктов	50	306
	Хлеб пшеничный	30	
ИТОГО ЗА О	Хлеб ржаной		
		890	
полдник	Сок	200	
	Мини рулет Яшкино	35	
итого за п	ОЛДНИК	235	
итого за д	ЕНЬ:	1675	
Неделя 2 Ден	ь 6		
3ABTPAK	Каша манная вязкая	250	
0 /12/1/11		230	250
			<u>250</u> б/н
	Джем	20	250 б/н
	Джем Батон витаминный	20 50	б/н
MTOFO 24 2	Джем Батон витаминный Чай с сахаром	20 50 200	
	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК	20 50 200 530	б/н
	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства)	20 50 200 530 60	б/н 143
	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	20 50 200 530 60 250	б/н 143 128.2
	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе	20 50 200 530 60 250 100	б/н 143 128.2 405
	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом	20 50 200 530 60 250 100 180	б/н 143 128.2 405 291
	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов	20 50 200 530 60 250 100 180 200	б/н 143 128.2 405
	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50	б/н 143 128.2 405 291
ОБЕД	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	20 50 200 530 60 250 100 180 200	б/н 143 128.2 405 291
ОБЕД	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50	б/н 143 128.2 405 291
ОБЕД	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30	б/н 143 128.2 405 291
ОБЕД	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870	б/н 143 128.2 405 291
ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32	б/н 143 128.2 405 291
ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА П	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232	б/н 143 128.2 405 291
ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА П ИТОГО ЗА Д	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32	б/н 143 128.2 405 291
ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА П ИТОГО ЗА Д Цень 7	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ:	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632	б/н 143 128.2 405 291 508
ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА П ИТОГО ЗА Д Цень 7	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632	6/H 143 128.2 405 291 508
ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА П ИТОГО ЗА Д Цень 7	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Булочка в ассор.	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632	6/H 143 128.2 405 291 508
ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА П ИТОГО ЗА Д День 7 ЗАВТРАК	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Булочка в ассор. Чай с лимоном и сахаром	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632 250 100 200	6/H 143 128.2 405 291 508
ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА Д Цень 7 ЗАВТРАК	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Булочка в ассор. Чай с лимоном и сахаром	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632 250 100 200 50 30 870 200 30 870 200 30 30 870 200 30 30 870 200 30 30 870 200 30 30 870 30 870 870 870 870 870 870 870 87	6/H 143 128.2 405 291 508
ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА Д Цень 7 ЗАВТРАК	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Булочка в ассор. Чай с лимоном и сахаром	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632 250 100 200 550 60	6/H 143 128.2 405 291 508
ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА Д Цень 7 ЗАВТРАК	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Булочка в ассор. Чай с лимоном и сахаром АВТРАК	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632 250 100 200 50 30 870 200 30 870 200 30 30 870 200 30 30 870 200 30 30 870 200 30 30 870 30 870 870 870 870 870 870 870 87	6/H 143 128.2 405 291 508 267 564.1 144
ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА Д Цень 7 ЗАВТРАК	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Булочка в ассор. Чай с лимоном и сахаром АВТРАК Морковь отварная	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632 250 100 200 550 60	6/H 143 128.2 405 291 508 267 564.1 144 16
ИТОГО ЗА 3 ОБЕД ИТОГО ЗА О ПОЛДНИК ИТОГО ЗА Д День 7 ЗАВТРАК ИТОГО ЗА 3 ОБЕД	Джем Батон витаминный Чай с сахаром АВТРАК Икра кабачковая (промышленного производства) Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне Соус Болоньезе Спагетти отварные с маслом Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной БЕД Сок Пирожное HIPPOVO ОЛДНИК ЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Булочка в ассор. Чай с лимоном и сахаром АВТРАК Морковь отварная Суп картофельный с бобовыми на мясном бульоне	20 50 200 530 60 250 100 180 200 50 30 870 200 32 232 1632 250 100 200 50 60 250	6/H 143 128.2 405 291 508 267 564.1 144 16 144

	V6	50	
	Хлеб пшеничный		
47050040	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА О		870	
полдник	Йогурт	115	
	Мини рулет Яшкино	35	
ИТОГО ЗА П	ОЛДНИК	150	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1570	
День 8		1010	
3ABTPAK	Омлет с зеленым горошком	200	302.1
OADTI AIX		40	302.1
	Батон нарезной	100	
	Фрукт свежий, сезонный		404.4
45050.04.0	Чай с черной смородиной и сахаром	200	494.1
итого за з	ABIPAK	540	
ОБЕД	Икра свекольная	60	119
	Рассольник ленинградский на курином бульоне	250	134
	Жаркое из птицы	240	407.2
	Напиток с черной смородиной	200	511.4
	Хлеб пшеничный	50	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА О		830	
ПОЛДНИК	Сок	200	
полдпик			
	Пирожное Яшкино	30	
итого за п		230	
итого за д	ЕНЬ:	1600	
День 9			
3ABTPAK	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	250	266
	Булочка в ассор.	100	564.2
	Чай с лимоном и сахаром	200	144
ИТОГО ЗА З		550	
ОБЕД			10
ОВЕД	Морковь отварная	60	16
	Суп-лапша домашняя на мясном бульоне	250	157.1
	Голубцы ленивые	100	372
	Пюре картофельное	180	312
	Компот из смеси сухофруктов	200	508
	Хлеб пшеничный	50	
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА О	БЕД	870	
полдник	Йогурт	115	
ИТОГО ЗА П	ОЛДНИК	115	
ИТОГО ЗА Д		1535	
День 10		1000	
3ABTPAK		240	400
SABIPAK	Плов из отварной птицы	240	406
	Огурцы соленые	60	б/н
	Хлеб пшеничный	30	4.46
148888	Чай с сахаром	200	143
итого за з	ABTPAK	530	
ОБЕД	Свекла отварная	60	17
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином	250	142.3
	бульоне		
	Митбол куриный	100	412.1
	Соус томатный	20	453
	Каша пшеничная	180	243
	Напиток из шиповника	200	519
	Хлеб пшеничный	50	010
	Хлеб ржаной	30	
ИТОГО ЗА О		790	
полдник	Сок	200	
	Мини рулет Яшкино	35	
NTOLO 3V L			
итого за полдник		235	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1555	
ИТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД: НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	15789 1578,9	