

МЕНЮ

Дошкрупп

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАШО (ПОРЦИЙМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) 10	МАСЛО (ПОРЦИЙМИ) 10	КАША МАЧНАЯ ЖИДКАЯ 200
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» 200	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» 200	КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ 200	КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 200	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ 200	КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА» 200	КАША МОЛОЧНАЯ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	КАША С МОЛОКОМ 180
ВЕНИЛЬНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КАША С САХАРОМ, МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	КАША С САХАРОМ 180	КАША С САХАРОМ 180	КАША С САХАРОМ 180	КАША С САХАРОМ 180	КАША С САХАРОМ 180	КАША С САХАРОМ 180
БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 30	БАТОН 50	БАТОН 30	БАТОН 30
Обед									
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ 250	СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ 250	БОРЩ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ 280	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ С КУРОЙ 250	РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ 250	СВЕКОЛЬНИК МЯСНОЙ СО СМЕТАНОЙ 250	СУП С КРУТОЙ С ТУШЕНЫМ МЯСОМ 250	СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ 250	БОРЩ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ 280	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ, ЯБЛОМ 250
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫЛЧАТАЯ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	РИС ОТВАРНОЙ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 250	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 150	ПЛОВ С ПТИЦЕЙ 200	РИС ОТВАРНОЙ 150	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 200	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150
УТЮГЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 50	ТУШЕНЫ 50/50	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 50	ТЕФТЕЛИ (1-й ВАРИАНТ) 60/30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КУРИЦА ОТВАРНАЯ (мякоть без кожи) 30	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ 50	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 50
СУС СМЕТАННЫЙ С КАРТОМ И ЛУКОМ 50	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45
ПИТОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45
ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45	ХЛЕБ РЖАНОЙ 45
Полдник									
ОЛАДЫ СО СМЕТАНОЙ 135	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ПОПУРТ В ИНД. УПАК. 125	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА 130	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЯБЛУКА ВАРЕНЫЕ 40	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 115	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 115	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫЛЧАТАЯ 150	КЕФИР С САХАРОМ 180
МОЛОКОМ 180	МАКАРОННИКИ 130	ПЕЧЕНЬЕ 30	ЧАЙ С САХАРОМ 180	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ 180	СЛОБОА ОБЫКНОВЕННАЯ 30
ЯБЛОКО 80	МАНДАРИН 80		ЯБЛОКО 100	ГРУША 60	БАНАН 100	МАНДАРИН 85	ЯБЛОКО 60	СЛОБОА ОБЫКНОВЕННАЯ 40	ЯБЛОКО 60

Школа _____
 МОУ Митинская ООШ
 Типовое примерное меню приготавливаемых блюд
 Возрастная категория _____

Утвердил: Должность _____
 Ф.И.О. _____
 Дата _____
 02

Неделя	День недели	Прием пищи	Раздел меню	Блюдо	Вес блюда, г	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность	№ рецептуры	Цена
--------	-------------	------------	-------------	-------	--------------	-------	------	----------	--------------	-------------	------

1	1	Завтрак		МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	0	0,00	0,90	0,00	13	11,00
		Завтрак	Горячее блюдо	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	200	5,27	3,60	21,00	138,29	35	11,81
		Завтрак	Напиток	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	4,07	4,10	20,96	138,01	98	15,52
		Завтрак	Хлеб	БАТОН	30	2,4	0,30	14,73	71,40		2,85
1	1	Обед	1-е блюдо	* ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С КУРОЙ	250	4,4	5,17	8,65	99,51	7	12,69
		Обед	Гарнир	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	5,47	4,84	34,92	205,30	75	8,47
		Обед	2-е блюдо	* КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	50	5,87	12,25	9,48	171,75	59	15,62
		Обед	Гарнир	* СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ЛУКОМ	50	1,01	2,46	4,47	44,59	86	7,94
		Обед	Напиток	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,42	0,28	21,72	93,43	90	6,52
		Обед	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78		2,61
1	1	Полдник	Кондитерское изделие	* ОЛАДЫ СО СМЕТАНОЙ	135	0,52	15,26	0,73	142,58	444	30,16
		Полдник	Напиток	* ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180	2,88	3,10	16,32	105,51	97	11,05
		Полдник	Фрукты	* ЯБЛОКО	80	0,32	0,32	7,84	37,60		11,36
1	1	Итого за день:				1540	35,61	52,08	179,9	1339,75	147,6
1	2	Завтрак		МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	0	0,00	0,00	0,00	13	11,00
		Завтрак	Горячее блюдо	* КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ «ДРУЖБА»	200	6,24	3,91	32,79	192,11	38	12,32
		Завтрак	Напиток	* КАКАО С МОЛОКОМ	180	4,29	4,29	17,47	127,22	100	17,97
		Завтрак	Хлеб	БАТОН	30	2,4	0,30	14,73	71,40		2,85
1	2	Обед	1-е блюдо	* СУП ГОРОХОВЫЙ С КУРОЙ	250	4,44	5,74	8,84	104,98	10	12,31
		Обед	Гарнир	* КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	8,46	6,29	38,26	243,15	74	9,52
		Обед	2-е блюдо	* ГУЛЯШ	100	8,86	23,79	3,04	262,06	55	30,33
		Обед	Напиток	* КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0,00	13,55	54,18	91	7,33
		Обед	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78		2,61
1	2	Полдник	Напиток	* ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	14,10	56,69	96	1,41
		Полдник	2-е блюдо	МАКАРОННИК	130	0	0,00	0,00	0,00	212	25,00
		Полдник	Фрукты	* МАНДАРИН	80	0,64	0,16	5,99	30,36		18,14
1	2	Итого за день:				1535	38,39	44,88	167,85	1233,93	150,98
1	3	Завтрак	Холодное блюдо	МАСЛО (ТОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	14	11,00
		Завтрак	Горячее блюдо	* КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ	200	4,8	3,60	26,49	158,45	33	13,80
		Завтрак	Напиток	* ЧАЙ С САХАРОМ, МОЛОКОМ	180	2,75	2,96	18,44	112,12	97	10,80
		Завтрак	Хлеб	БАТОН	30	2,4	0,30	14,73	71,40	6	2,80
1	3	Обед	1-е блюдо	* БОРЩ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ	260	5,33	7,06	12,30	134,95	6	20,20
		Обед	Гарнир	* КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	150	3,39	5,26	19,74	140,39	78	16,40
		Обед	2-е блюдо	* КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ	50	5,87	12,25	9,48	171,75	59	15,60
		Обед	Напиток	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,42	0,28	18,14	79,11	90	6,20



1	Обед	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ		45	2,98	0,40	19,08	91,78		2,61
1	Полдник	Напиток	ЙОГУРТ В ИНД. УПАК.		125	3,5	3,13	5,64	70,64	TK №3	33,75
	Полдник	Кондитерское изделие	ПЕЧЕНЬЕ		30	2,25	2,94	22,32	125,10		6,30
1	Завтрак				125						
1	Завтрак		МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)		125	33,74	46,43	166,44	1230,49		139,64
1	Завтрак	Горячее блюдо	* КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ		10	0	0,00	0,00	0,00		13
1	Завтрак	Напиток	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		200	5,94	4,04	25,58	163,24		32
1	Обед	Хлеб	БАТОН		180	4,16	4,19	18,48	129,31		98
	Обед	1-е блюдо	* СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ С КУРОЙ		30	2,4	0,30	14,73	71,40		15,59
	Обед	Гарнир	* РИС ОТВАРНОЙ		250	4,26	5,49	9,54	104,87		2,85
	Обед	2-е блюдо	ТЕФТЕЛИ (1-й ВАРИАНТ)		150	3,59	4,67	37,72	207,31		11
	Обед	Напиток	* КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ		90	8,02	12,76	8,11	179,43		73
1	Полдник	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ		180	0	0,00	24,42	97,67		283
	Полдник	Напиток	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА		40	2,65	0,35	16,96	81,58		93
1	Полдник	Напиток	ЧАЙ С САХАРОМ		130	6,2	5,98	21,46	163,35		225
1	Полдник	Фрукты	* ЯБЛОКО		180	0	0,00	12,20	48,77		430
1	Завтрак		МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)		100	0,4	0,40	9,80	47,00		1,71
1	Завтрак	Горячее блюдо	* КАША МОЛОЧНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ ОВСЯНЫХ «ГЕРКУЛЕС» ЖИДКАЯ		10	0	0,00	0,00	0,00		14,20
1	Завтрак	Напиток	* ЧАЙ С САХАРОМ		200	5,54	4,68	20,00	145,08		13
1	Обед	Хлеб	БАТОН		180	0,08	0,00	14,10	56,69		34
	Обед	1-е блюдо	* РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРОЙ		30	2,4	0,30	14,73	71,40		96
	Обед	2-е блюдо	* ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ		250	5,37	6,10	16,76	143,95		2,85
1	Обед	Напиток	* КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ		250	11,26	29,82	27,38	423,81		57
1	Полдник	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ		180	0,42	0,28	21,72	93,43		90
	Полдник	Напиток	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		45	2,98	0,40	19,08	91,78		6,52
	Полдник	Кондитерское изделие	* БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ		180	5,32	5,87	8,62	110,00		2,61
1	Полдник	Фрукты	* ГРУША		50	0	0,00	0,00	0,00		102
1	Завтрак		МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)		60	0,24	0,18	6,18	28,20		467
1	Завтрак	2-е блюдо	* КАША МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		10	0	0,00	0,00	0,00		12,27
1	Завтрак	Напиток	* ЧАЙ С САХАРОМ		200	6,16	4,12	23,11	154,85		40
1	Обед	Хлеб	БАТОН		180	0,08	0,00	11,78	47,41		96
	Обед	1-е блюдо	* СВЕКОЛЬНИК МЯСНОЙ СО СМЕТАНОЙ		30	2,4	0,30	14,73	71,40		1,27
	Обед	Гарнир	* МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ		250	4,5	5,99	5,13	92,77		2,85
	Обед	Горячее блюдо	КУРИЦА ОТВАРНАЯ (МЯКОТЬ БЕЗ КОЖИ)		150	5,47	4,64	34,92	203,49		75
	Обед	Напиток	СОК ЯБЛОЧНЫЙ		30	13,95	14,09	0,14	182,86		8,16
1	Полдник	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ		180	0,87	0,17	17,63	75,08		442
1	Полдник	Холодное блюдо	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ		40	0,52	0,35	16,96	81,58		2,32
1	Полдник	Напиток	* КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ		180	4,16	4,19	18,48	129,31		98

[illegible]

2	5	Обед	1-е блюдо	*СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРИЦЕЙ, РИЗОМ	250	7,08	7,56	18,52	170,71	9	44,24
		Обед	Гарнир	*КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	150	3,39	5,34	19,74	141,12	78	16,60
		Обед	2-е блюдо	* КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	0	0,00	0,00	0,00	239	14,64
		Обед	Напиток	*ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,08	0,00	14,10	56,69	96	1,48
2	5	Обед	Хлеб	ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78		2,61
		Полдник		КЕФИР С САХАРОМ	180	0	0,00	0,00	0,00	435	0,85
		Полдник	Кондитерское изделие	СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	30	0	0,00	0,00	0,00	464	4,43
		Полдник	Фрукты	* ЯБЛОКО	60	0,24	0,24	5,88	28,20		8,53
2	5	Итого за день:			1365	24,3	24,58	120,86	804,67		138,22
		Среднее значение за период:			1455	36,12	41,44	170,75	1206,73		142,11