

СОГЛАСОВАНО

Руководитель общеобразовательного
учреждения

УТВЕРЖДАЮ:

Директор

Урманова Н.С.

Основное 2-х недельное меню



Категория питающихся: Спецпитание 2

Сезон

Осень-зима

№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)	№ реп.	Наименование блюда	Выход	Пищ. цен-сть (Б,Ж,У,ККал)
1-я неделя				2-я неделя			
Понедельник				Понедельник			
Завтрак				Завтрак			
СД00050	Каша рисовая молочная (б/сах.)	165	5/6/15/153	СД00151	Каша пшённная молочная жидкая (б/сах.)	160	3/2/12/83
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак ИТОГО			8/14/29/279	Завтрак ИТОГО			9/6/30/205
Завтрак второй				Завтрак второй			
СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	100	0/0/6/24	АЛ24104	Фрукты свеж.(шт.)яблоко зеленое	100	0/0/9/82
Завтрак второй ИТОГО			0/0/6/24	Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82
Обед				Обед			
СД00018	Салат из моркови на растительном масле (б/сах.)	50	1/5/4/61	КП25071	Свекла отварная(порционно)	50	1/0/4/18
КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225	КП25176	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	200	1/4/21/185
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	110	4/4/15/151	КП25040	Макароны отварные с маслом	110	3/4/20/158
АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94	АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
СД22693	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон) (б/сах)	200	0/0/3/16	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45
Обед ИТОГО			23/25/56/651	Обед ИТОГО			18/18/76/607
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25120	Сырники из творога	120	11/2/11/109	КП25046	Картофельное пюре	130	3/6/17/172
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/15/94	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	2/0/8/47
Уплотненный полдник ИТОГО			14/2/26/203	Уплотненный полдник ИТОГО			5/6/25/219
Понедельник ИТОГО			45/41/117/1157	Понедельник ИТОГО			32/30/140/1113
Вторник				Вторник			
Завтрак				Завтрак			
СД00062	Каша манная молочная (б/сах.)	160	4/6/16/134	СД00017	Каша пшеничная молочная (б/сах.)	165	7/6/20/161
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126
Завтрак ИТОГО			10/10/34/256	Завтрак ИТОГО			10/14/34/287
Завтрак второй				Завтрак второй			
АЛ24104	Фрукты свеж.(шт.)яблоко зеленое	100	0/0/9/82	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	100	0/0/6/24
Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82	Завтрак второй ИТОГО			0/0/6/24
Обед				Обед			
КП25175	Рассольник овощной со сметаной	200	2/3/13/118	КП25033	Суп-лапша домашняя	200	5/6/16/225
КП25040	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186	КП25100	Пюре гороховое	130	3/2/25/123
АЛ24101	Мясная подлива (Б/МОРК)	60	1/3/4/42	АЛ24100	Гуляш из куриного фарша(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48	СД22693	Компот из свежих плодов (яблоко,лимон) (б/сах)	200	0/0/3/16

ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45
Обед ИТОГО			10/14/70/498	Обед ИТОГО			21/18/62/562
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25046	Картофельное пюре	130	3/6/17/172	КП25120	Сырники из творога	120	11/2/11/109
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	2/0/8/47	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Уплотненный полдник ИТОГО			5/6/25/219	Уплотненный полдник ИТОГО			14/2/26/203
Вторник ИТОГО			25/30/138/1055	Вторник ИТОГО			45/34/128/1076
Среда				Среда			
Завтрак				Завтрак			
СД00017	Каша пшеничная молочная (б/сах.)	165	7/6/20/161	СД00062	Каша манная молочная (б/сах.)	160	4/6/16/134
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак ИТОГО			10/14/34/287	Завтрак ИТОГО			10/10/34/256
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП25078	Йогурт	100	2/2/10/159	КП25078	Йогурт	100	2/2/10/159
Завтрак второй ИТОГО			2/2/10/159	Завтрак второй ИТОГО			2/2/10/159
Обед				Обед			
КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1/3/9/171	СД00018	Салат из моркови на растительном масле (б/сах.)	50	1/5/4/61
КП25051	Каша рисовая рассыпчатая	130	3/3/33/168	КП25174	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	1/3/9/171
АЛ24100	Гуляш из куриного фарша(Б/МОРК)	60	9/7/1/94	КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	110	4/4/15/151
СД24055	Компот яблочный (б/сах)	200	0/0/18/67	АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59
				ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45
Обед ИТОГО			17/16/78/604	Обед ИТОГО			19/22/59/629
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25108	Картофель отварной	130	2/0/18/71	КП25073	Макаронные изделия с тёртым сыром	130	10/8/20/243
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	2/0/8/47	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	40	3/0/15/94
Уплотненный полдник ИТОГО			4/0/26/118	Уплотненный полдник ИТОГО			13/8/35/337
Среда ИТОГО			33/32/148/1168	Среда ИТОГО			44/42/138/1381
Четверг				Четверг			
Завтрак				Завтрак			
СД00151	Каша пшеничная молочная жидкая (б/сах.)	160	3/2/12/83	СД00004	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая (б/сах.)	165	5/3/25/173
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122	КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126
Завтрак ИТОГО			9/6/30/205	Завтрак ИТОГО			8/11/39/299
Завтрак второй				Завтрак второй			
АЛ24104	Фрукты свеж.(шт.)яблоко зеленое	100	0/0/9/82	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	100	0/0/6/24
Завтрак второй ИТОГО			0/0/9/82	Завтрак второй ИТОГО			0/0/6/24
Обед				Обед			
КП25035	Суп картофельный с бобовыми и гренками	200	8/5/15/200	КП25025	Суп гороховый с томатом	200	8/5/15/207
КП25046	Картофельное пюре	130	3/6/17/172	КП25046	Картофельное пюре	130	3/6/17/172
АЛ24103	Гуляш из фарша говядины(Б/МОРК)	60	9/7/1/94	АЛ24100	Гуляш из куриного фарша(Б/МОРК)	60	9/7/1/94
СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48	СД24055	Компот яблочный (б/сах)	200	0/0/18/67
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45

Обед ИТОГО			24/21/63/618	Обед ИТОГО			24/21/68/644
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
КП25173	Омлет натуральный	130	9/0/0/36	КП25173	Омлет натуральный	130	9/0/0/36
СД00001	Чай с молоком (б/сах.)	200	1/1/1/14	СД25002	Чай без сахара	200	
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	2/0/8/47	ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	20	2/0/8/47
Уплотненный полдник ИТОГО			12/1/9/97	Уплотненный полдник ИТОГО			11/0/8/83
Четверг ИТОГО			45/28/111/1002	Четверг ИТОГО			43/32/121/1050
Пятница				Пятница			
Завтрак				Завтрак			
СД00004	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая (б/сах.)	165	5/3/25/173	СД00017	Каша пшеничная молочная (б/сах.)	160	7/5/20/156
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
КП25055	Бутерброд с маслом (30/5)	35	3/8/14/126	КП25058	Бутерброд с сыром (30/10)	40	6/4/18/122
Завтрак ИТОГО			8/11/39/299	Завтрак ИТОГО			13/9/38/278
Завтрак второй				Завтрак второй			
КП22165	Кефир б/с	100	3/0/4/26	КП22165	Кефир б/с	100	3/0/4/26
Завтрак второй ИТОГО			3/0/4/26	Завтрак второй ИТОГО			3/0/4/26
Обед				Обед			
СД00020	Салат из белокочанной капусты на растительном масле (капуста, лук, морковь) (б/сах.)	50	1/2/2/26	КП25178	Свекольник со сметаной	200	2/5/8/104
КП25177	Рассольник ленинградский с крупой перловой со сметаной	200	2/4/12/165	КП25040	Макароны отварные с маслом	130	3/5/23/186
КП25050	Каша гречневая рассыпчатая	110	4/4/15/151	АЛ24103	Гуляш из фарша говядины (Б/МОРК)	60	9/7/1/94
АЛ24100	Гуляш из куриного фарша (Б/МОРК)	60	9/7/1/94	СД00006	Компот из смеси сухофруктов (б/сах.)	200	0/0/13/48
СД25002	Чай без сахара	200		ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59
ХБАРХ01	Хлеб пшеничный для детского питания с витаминами и железом	25	2/0/10/59	ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45
ХБАРХ02	Хлеб ржано-пшеничный "Трапезный"	20	2/3/7/45				
Обед ИТОГО			20/20/47/540	Обед ИТОГО			18/20/62/536
Уплотненный полдник				Уплотненный полдник			
СД25019	Булочка молочная без сахара	100	9/5/51/281	СД25019	Булочка молочная без сахара	100	9/5/51/281
СД25002	Чай без сахара	200		СД25002	Чай без сахара	200	
Уплотненный полдник ИТОГО			9/5/51/281	Уплотненный полдник ИТОГО			9/5/51/281
Пятница ИТОГО			40/36/141/1146	Пятница ИТОГО			43/34/155/1121

Среднее значение за период (Б,Ж,У,ККал) 40/34/134/1127