## Плановое меню двухнедельное

Столовая: Кухня Сезон: Летне-осенний Категория: Ясли(с 1,5 до 3 лет) Диета: Все

Диета: Все			
Наименование блюда	Выход блюда		
	(r)		
День 1			
Завтрак			
Без диет			
190/3 Каша манная вязкая молочная	160		
412/1 Чай с лимоном	160		
Хлеб пшеничный	26		
524 Масло(порциями)	8		
Итого	353,5		
Второй завтрак			
Без диет			
517 Печенье	25		
418/3 Сок фруктовый	150		
Итого	175		
Обед			
Без диет			
087/2 Суп гороховый	230		
138/3 Капуста тушеная с мясом	180		
513 Хлеб ржано-пшеничный	34		
399 Кисель	150		
Утого Итого	594		
Усиленный полдник	334		
Без диет			
229/2 Омлет натуральный	65		
521 Икра кабачковая консервированная	80		
Хлеб пшеничный	26		
411/1 Чай с сахаром	150		
	320,5		
Итого	320,5 1443		
Итого за день	1443		
День 2			
Завтрак			
Без диет	140		
202/2 Запеканка творожно-манная со сметаной	140		
416/1 Какао с молоком	150		
Хлеб пшеничный	26		
Итого	315,5		
Второй завтрак			
Без диет	150		
420/1 Кефир	150		
Итого	150		
<u>Обед</u>			
Без диет	252		
518 Суп овощной со сметаной	250		
149/1 Картофельное пюре	120		
298/1 Котлеты мясные	60		
037 Салат свекольный	50		
513 Хлеб ржано-пшеничный	34		
418/3 Сок фруктовый	150		
Итого	664		
Усиленный полдник			
Без диет			
182/5 Каша пшеничная вязкая молочная	160		
Хлеб пшеничный	26		
411/1 Чай с сахаром	150		
Итого	335,5		
Итого за день	1465		
День 3			
Завтрак			
Без диет			
221/1 Макароны с сыром	110		
412/1 Чай с лимоном	160		
Хлеб пшеничный	26		
Итого	295,5		
Второй завтрак			
Второй завтрак			

	Наименование блюда	Выход блюда
	Без диет	(г)
386/1		100
	Итог	o 100
	Обед	
084/1	<b>Без диет</b> Суп гречневый со сметаной	230
		140
432/2	Оладьи из печени	40
513	Хлеб ржано-пшеничный	34
394/3	Компот из смеси сухофруктов	150 o <b>594</b>
	Усиленный полдник	0  594
	Без диет	
100/2	Суп молочный с вермишелью	160
	Кофейный напиток с молоком	150
	Клеб пшеничный <b>Итог</b>	26 o <b>335,5</b>
	Итого за ден	
	День 4	<u> </u>
	Завтрак	
2 4 = ::	Без диет	100
245/1	Сырники со сметаной	100
416/1	Какао с молоком Клеб пшеничный	150 26
	Итог	
	Второй завтрак	
	Без диет	
	Зафли	35
386/1	Яблоки <b>Итог</b>	100 o 135
	Обед	0  133
	Без диет	
089/1	Свекольник со сметаной	230
149/1	Картофельное пюре	120
272/1 513	Котлеты рыбные любительские Хлеб ржано-пшеничный	70 34
394/3	Компот из смеси сухофруктов	150
33 1/3	Итог	
	Усиленный полдник	
227	Без диет	T <sub>a</sub>
227 523	Яйца вареные Горошек консервированый	<u>1 шт</u> 50
323	торошек консервированый Клеб пшеничный	26
	Чай с сахаром	150
	Итог	
	Итого за ден	ь 1280
	День 5	
	Завтрак Без диет	
199/2	Каша 'Геркулес' жидкая на молоке	160
414/1	Кофейный напиток с молоком	150
	Клеб пшеничный	26
524	Масло(порциями) <b>Итог</b>	8 o 343,5
	итог Второй завтрак	U <sub>1</sub> 343,5
	Без диет	
517	Печенье	25
411/1	Чай с сахаром	150
	Итог	o 175
	Обед Без диет	
121/3	Бульон куриный с яйцом	230
	Плов из птицы	130
016	Салат летний	60
513	Хлеб ржано-пшеничный	34
390/3	Компот из свежих фруктов  Итог	180 <b>634</b>
	Усиленный полдник	01 034
	Без диет	
442/2	Пирог с повидлом	100

418/3		(г)
20		150
386/1	Яблоки	100
	Итого	350 1502,5
	Итого за день День 6	1502,3
	Завтрак	
	Без диет	
182/6	Каша ячневая вязкая молочная	160
)	Хлеб пшеничный	26
007/1	Сыр (порциями)	15
414/1	Кофейный напиток с молоком	150
	Итого	350,5
	Второй завтрак	
T10	Без диет	ГО
510 394/3	Пряники	50 150
394/3	Компот из смеси сухофруктов Итого	200
	Обед	200
	Без диет	
086/4		250
138/3	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	180
513	Хлеб ржано-пшеничный	34
118/3	Сок фруктовый	150
	Итого	614
	Усиленный полдник	
227	Без диет	1
227 516		<u>1 шт</u>
516	Кукуруза консервированная Клеб пшеничный	80 26
411/1	Чай с сахаром	150
111/1	Итого	295,5
	Итого за день	1460
	День 7	
	Завтрак	
	Без диет	
	Запеканка из творога со сгущенкой	120
416/1 <sub>.</sub>		150
	Хлеб пшеничный	
	14	26
	Второй завтраи	26 <b>295,5</b>
	Второй завтрак	
386/1	Второй завтрак Без диет	295,5
386/1	Второй завтрак Без диет Яблоки	<b>295,5</b>
386/1	Второй завтрак Без диет	295,5
	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет	100 100
080/1	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной	100 100 230
080/1 149/1	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре	295,5 100 100 230 120
080/1 149/1 298/1	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные	295,5 100 100 230 120 60
080/1 149/1 298/1	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний	295,5 100 100 230 120 60 60
080/1 149/1 298/1 016	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный	295,5 100 100 230 120 60 60 34
080/1 149/1 298/1 016 513	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый	295,5 100 100 230 120 60 60 34 150
080/1 149/1 298/1 016	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый	295,5 100 100 230 120 60 60 34 150
080/1 149/1 298/1 016 513	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого	295,5 100 100 230 120 60 60 34 150
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого Усиленный полдник Без диет	295,5 100 100 230 120 60 60 34
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке	295,5 100 100 230 120 60 60 34 150 654
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке	295,5 100 100 230 120 60 60 34 150 654
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром	295,5 100 100 230 120 60 60 34 150 654
080/1 49/1 298/1 016 513 118/3	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Клеб пшеничный	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Клеб пшеничный Итого Итого за день	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Хлеб пшеничный Итого Итого за день День 8	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5
080/1 149/1 298/1 513 418/3 199/1 111/1	Второй завтрак Без диет Яблоки Итого Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Клеб пшеничный Итого Итого за день День 8 Завтрак Без диет	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5  1385
080/1 149/1 1298/1 016 513 418/3 199/1 111/1 )	Второй завтрак Без диет Яблоки  Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый  Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Клеб пшеничный День 8 Завтрак Без диет Макароны с сыром	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5  1385
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3 199/1 411/1 2221/1 414/1	Второй завтрак Без диет Яблоки  Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый  Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Хлеб пшеничный Клеб пшеничный Сок фаруктовый  Итого Вавтрак Без диет Макароны с сыром Кофейный напиток с молоком	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5  110  150
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3 411/1 )	Второй завтрак Без диет Яблоки  Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый  Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Клеб пшеничный  Итого Витого Витого за день Вавтрак Без диет Макароны с сыром Кофейный напиток с молоком Клеб пшеничный	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5  110  150  26
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3 411/1 )	Второй завтрак Без диет Яблоки  Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый  Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Клеб пшеничный  Итого Итого за день В Завтрак Без диет Макароны с сыром Кофейный напиток с молоком Клеб пшеничный Масло(порциями)	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5  1385
080/1 149/1 1298/1 016 513 418/3 199/1 411/1 )	Второй завтрак Без диет Яблоки  Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый  Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Клеб пшеничный День 8 Завтрак Без диет Макароны с сыром Кофейный напиток с молоком Клеб пшеничный Масло(порциями)	295,5  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5  110  150  26
080/1 149/1 298/1 016 513 418/3 418/3 099/1 411/1 0	Второй завтрак Без диет Яблоки  Обед Без диет Рассольник со сметаной Картофельное пюре Котлеты мясные Салат летний Хлеб ржано-пшеничный Сок фруктовый  Итого Усиленный полдник Без диет Каша пшённая жидкая на молоке Чай с сахаром Клеб пшеничный  Итого Итого за день В Завтрак Без диет Макароны с сыром Кофейный напиток с молоком Клеб пшеничный Масло(порциями)	295,5  100  100  100  230  120  60  60  34  150  654  160  150  26  335,5  1385

	Наименование блюда	Выход блюда
	Итого	(r) <b>100</b>
	Обед	100
	Без диет	
062/1	Борщ со свежей капустой	230
149/1 273/1	Картофельное пюре	120
010	Котлеты рыбные Салат из свежей капусты	60 40
513	Хлеб ржано-пшеничный	34
399	Кисель	150
	Итого	634
	Усиленный полдник	
102/4	Без диет	160
	Каша рисовая вязкая молочная Клеб пшеничный	160 26
411/1	Чай с сахаром	150
111/1	Итого	335,5
	Итого за день	1363
	День 9	
	Завтрак	
25:	Без диет	
251/1		120
414/1	Кофейный напиток с молоком Клеб пшеничный	150 26
	Итого пшеничный Итого	29 <b>5,5</b>
	Второй завтрак	293,3
	Без диет	
517	Печенье	25
394/3	Компот из смеси сухофруктов	150
	Итого	175
	Обед	
000	Без диет	222
093	Суп с рыбными консервами	230
179/2 294/1	Гречка рассыпчатая Бефстроганов	120
526	Огурцы соленые	70 30
513	Хлеб ржано-пшеничный	34
418/3		150
	Итого	634
	Усиленный полдник	
	Без диет	
182/5		160
411/1	Чай с сахаром Клеб пшеничный	150 26
	Итого	335,5
	Итого за день	1440
	День 10	
	Завтрак	
	Без диет	
	Каша манная вязкая молочная	160
	Клеб пшеничный	26
411/1	Чай с сахаром Итого	150 <b>335,5</b>
	итого Второй завтрак	333,5
	Без диет	
386/1	Яблоки	100
	Итого	100
	Обед	
001	Без диет	222
091	Суп куриный с клецками	230
	Плов из птицы Салат летний	130
016 513	Салат летнии Хлеб ржано-пшеничный	60 34
390/3		150
330/3	Итого	604
	Усиленный полдник	557
	Без диет	
453	Булочка домашняя	65
418/3		150
386/1	Яблоки	100 <b>315</b>
	Итого	

Наименование блюда		Выход блюда (г)
	Итого за день	1354.5