МДОБУ детский сад №4 заведующий Д.В.Кондакова

Плановое меню двухнедельное

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00B1BAD2735B04BECF802662EED8BEA6E
Владелец: Кондакова Диана Владимировна
Действителен: с 30.11.2022 до 23.02.2024

Столовая: Кухня
Сезон: Зимне-весенний
Категория: Сад (с 3 до 7 лет) ГКП
Диета: Все

Наименование блюда	Выход блюда (г)
День 1	
Завтрак	
Без диет	
182/3 Каша манная вязкая молочная	200
414/2 Кофейный напиток с молоком	200
520 Хлеб пшеничный	44
524 Масло(порциями)	8
Итого	**452**
Второй завтрак	
Без диет	
418/3 Сок фруктовый	180
Итого	**180**
Обед	
Без диет	
087/2 Суп гороховый	230
179/2 Гречка рассыпчатая	120
293/1 Гуляш из отварного мяса	60
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
394/3 Компот из смеси сухофруктов	150
Итого	**587,5**
Итого за день	**1219,5**
День 2	
Завтрак	
Без диет	
251/1 Запеканка творожно-манная со сгущенкой	120
416/1 Какао с молоком	170
Хлеб пшеничный	34
Итого	**324**
Второй завтрак	
Без диет	
420/1 Кефир	150
Итого	**150**
Обед	
Без диет	
077 Щи из квашеной капусты со сметаной	230
149/1 Картофельное пюре	120
299/2 Котлеты мясные	80
037 Салат свекольный	65
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
394/3 Компот из смеси сухофруктов	150
Итого	**672,5**
Итого за день	**1146,5**
День 3	
Завтрак	
Без диет	
220/2 Макароны с сыром	130
411/1 Чай с сахаром	150
520 Хлеб пшеничный	44
Итого	**324**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	100
Итого	**100**
Обед	
Без диет	
093 Суп с рыбными консервами	230
149/1 Картофельное пюре	120
301/1 Тефтели из печени с рисом	120
528 Капуста квашеная	40
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
418/3 Сок фруктовый	150
Итого	**687,5**
Итого за день	**1111,5**

Наименование блюда	Выход блюда (г)
День 4	
Завтрак	
Без диет	
247/2 Сырники со сгущенкой	120
414/2 Кофейный напиток с молоком	200
520 Хлеб пшеничный	44
524 Масло(порциями)	8
Итого	**372**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	120
Итого	**120**
Обед	
Без диет	
101/1 Суп овощной со сметаной	230
149/1 Картофельное пюре	120
272/1 Котлеты рыбные любительские	70
Огурцы соленые	40
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
399 Кисель	150
Итого	**637,5**
Итого за день	**1129,5**
День 5	
Завтрак	
Без диет	
182/2 Каша гречневая вязкая молочная	200
411/2 Чай с сахаром	200
520 Хлеб пшеничный	44
Итого	**444**
Второй завтрак	
Без диет	
353/1 Морковь свежая	50
Итого	**50**
Обед	
Без диет	
117/1 Бульон с гренками, куриный	230
321/2 Плов из птицы	130
046/1 Винегрет овощной	100
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
390/3 Компот из свежих фруктов	180
442/1 Шарлотка с яблоками2	100
Итого	**767,5**
Итого за день	**1261,5**
День 6	
Завтрак	
Без диет	
182/5 Каша пшеничная вязкая молочная	200
520 Хлеб пшеничный	44
524 Масло(порциями)	8
412/2 Чай с лимоном	200
Итого	**452**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	120
Итого	**120**
Обед	
Без диет	
086/2 Суп рисовый	230
314/2 Голубцы ленивые с мясом и рисом	160
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
390/3 Компот из свежих фруктов	180
Итого	**597,5**
Итого за день	**1169,5**
День 7	
Завтрак	
Без диет	
229/2 Омлет натуральный	65
514 Горошек консервированый	65
520 Хлеб пшеничный	44
416/1 Какао с молоком	170

Наименование блюда	Выход блюда (г)
Итого	**344**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	120
Итого	**120**
Обед	
Без диет	
062/1 Борщ со свежей капустой	230
149/1 Картофельное пюре	120
306/2 Биточки мясные	80
022 Салат витаминный	90
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
418/3 Сок фруктовый	180
Итого	**727,5**
Итого за день	**1191,5**
День 8	
Завтрак	
Без диет	
199/1 Каша пшённая жидкая на молоке	200
411/2 Чай с сахаром	200
520 Хлеб пшеничный	44
Итого	**444**
Второй завтрак	
Без диет	
Вафли	35
Итого	**35**
Обед	
Без диет	
077 Щи из квашеной капусты со сметаной	230
149/1 Картофельное пюре	120
294/1 Бефстроганов2	70
037 Салат свекольный	65
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
396/2 Киселек 'Витаминизированый'	150
Итого	**662,5**
Итого за день	**1141,5**
День 9	
Завтрак	
Без диет	
229/1 Омлет натуральный	85
413/2 Чай с молоком	200
520 Хлеб пшеничный	44
007/2 Сыр (порциями)	20
Итого	**349**
Второй завтрак	
Без диет	
386/1 Яблоки	120
Итого	**120**
Обед	
Без диет	
084/1 Суп гречневый со сметаной	230
332 Рис отварной	130
259/5 Рыба под маринадом	70
010 Салат из свежей капусты	60
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
399 Кисель	150
Итого	**667,5**
Итого за день	**1136,5**
День 10	
Завтрак	
Без диет	
182/3 Каша манная вязкая молочная	200
411/2 Чай с сахаром	200
520 Хлеб пшеничный	44
Итого	**444**
Второй завтрак	
Без диет	
519 Хлеб пшеничный с повидлом	59
Итого	**59**
Обед	

Наименование блюда	Выход блюда (г)
Без диет	
091 Суп куриный с клецками	230
148/10 Соус из курицы с овощами	140
513 Хлеб ржано-пшеничный	28
390/3 Компот из свежих фруктов	180
Итого	**577,5**
Итого за день	**1080,5**