

**Плановое меню  
двухнедельное**

Столовая: Столовая

Сезон: Осенний

Категория: Дети 7-10 (Шк 2008)

Диета: Без диет

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Стоимость
<b>1 нед. Понедельник</b>		
<b>Второй завтрак</b>		
Я00008 Пряник	30	2,97
Я000389 Сок фруктовый	200	7,20
Я000338 Фрукты	200	12,00
<b>Обед</b>		
И000103 Суп картофельный с макаронными изделиями	250	3,84
Я000267 Шницель натуральный рубленный	100	59,20
И000139 Капуста тушеная	200	9,02
И000349 Компот из смеси сухофруктов	200	2,47
Я000009 Хлеб ржаной	80	3,30
Я000008 Хлеб пшеничный	40	1,27
З00 Соль	5	0,06
<b>Полдник</b>		
И000410 Ватрушка с повидлом	75	5,96
И000386 Кефир	200	8,69
<b>Ужин</b>		
Я000223 Запеканка из творога	200/30	51,60
И000385 Молоко кипяченое	200	8,44
ИН00102 Колбаса полукопченая	50	24,00
ИН00108 Хлеб пшеничный	40	1,82
0002 Лавровый лист	1	0,60
<b>1 нед. Вторник</b>		
<b>Завтрак</b>		
И000209 Яйца вареные	1 шт.	6,50
И000182 Каша жидкая молочная (пшеничная)	200/10	10,78
И000001 Бутерброд с маслом	40	5,45
И000379 Кофейный напиток с молоком	200	7,10
И000015 Сыр (порциями)	30	12,48
ИН00108 Хлеб пшеничный	30	1,36
<b>Второй завтрак</b>		
Я000452 Печенье	30	2,73
Я000389 Сок фруктовый	200	7,20
Я000338 Фрукты	200	12,00
<b>Обед</b>		
Я00071 Огурец свежий	100	8,00
И000102 Суп картофельный с бобовыми	250	3,55
Я000256 Мясо тушеное (говядина)	100	87,80
И000309 Макароны изделия отварные	200	6,21
И000349 Компот из смеси сухофруктов	200	2,47
Я000008 Хлеб пшеничный	40	1,27
Я000009 Хлеб ржаной	80	3,30
З00 Соль	5	0,06
<b>Полдник</b>		
Я00014 Булочка йодированная	100	6,50
И000386 Кефир	200	8,69
<b>Ужин</b>		
И000076 Сельдь с луком	100	20,78
И000125 Картофель отварной	200	10,86
И000075 Икра свекольная	100	7,13
Я000008 Хлеб пшеничный	40	1,27
И000377 Чай с лимоном	200/15/7	2,30
<b>1 нед. Среда</b>		
<b>Завтрак</b>		
ИН106/1 Овощи натуральные (помидоры)	100	8,56
И000234 Котлеты или биточки рыбные минтай	50/5	24,09
И000125 Картофель отварной	200	10,86
Я000008 Хлеб пшеничный	40	1,27
И000376 Чай с сахаром	200/15	1,18
<b>Второй завтрак</b>		
Я00009 Вафли кондитерские	30	4,35
Я000389 Сок фруктовый	200	7,20
ИН112/5 Плоды или ягоды свежие (Бананы)	200	24,32

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Стоимость
<b>Обед</b>		
Я00072 Икра кабачковая консервированная	100	8,48
И000101 Суп картофельный с крупой	250	3,87
И000288 Курица отварная	100/10	34,76
И000453 Соус томатный	50	2,29
И000171 Каша рассыпчатая (гречневая)	200	13,18
И000352 Кисель из яблок	200	4,11
И000108 Хлеб пшеничный	40	1,82
Я000009 Хлеб ржаной	80	3,30
З00 Соль	5	0,06
<b>Полдник</b>		
И000223 Запеканка из творога	50/20	70,93
И000386 Кефир	200	8,69
<b>Ужин</b>		
И000209 Яйца вареные	1 шт.	6,50
Я000401 Оладьи с повидлом 20	150	9,89
И000015 Сыр (порциями)	30	12,48
И000385 Молоко кипяченое	200	8,44
И000108 Хлеб пшеничный	40	1,82
<b>1 нед. Четверг</b>		
<b>Завтрак</b>		
И000209 Яйца вареные	1 шт.	6,50
И000181 Каша жидкая молочная из манной крупы	200/10	10,10
И000108 Хлеб пшеничный	40	1,82
И000382 Какао с молоком	200	6,40
<b>Второй завтрак</b>		
И000001 Бутерброд с маслом	40	5,45
И000376 Чай с сахаром	200/15	1,18
<b>Обед</b>		
И000059 Салат из моркови с яблоками	100	5,02
И000082 Борщ с капустой и картофелем	250	4,76
И000381 Котлеты, биточки, шницели	100	48,43
И000242 Каша перловая рассыпчатая	200	6,36
И000453 Соус томатный	50	2,29
И000349 Компот из смеси сухофруктов	200	2,47
И000108 Хлеб пшеничный	40	1,82
Я000009 Хлеб ржаной	80	3,30
З00 Соль	5	0,06
Я000338 Фрукты	200	12,00
<b>Полдник</b>		
Я000452 Печенье	30	2,73
И000386 Кефир	200	8,69
<b>Ужин</b>		
Я00070 Огурец соленый	100	13,33
Я00016 Колбаса отварная	100	34,00
И000312 Пюре картофельное	200	10,11
И000108 Хлеб пшеничный	40	1,82
Я000389 Сок фруктовый	200	7,20
<b>1 нед. Пятница</b>		
<b>Завтрак</b>		
Я000227 Рыба припущенная	100	40,27
И000125 Картофель отварной	210	11,40
И000075 Икра свекольная	100	7,13
И000108 Хлеб пшеничный	40	1,82
И000376 Чай с сахаром	200/15	1,18
<b>Второй завтрак</b>		
И000001 Бутерброд с маслом	40	5,45
И000379 Кофейный напиток с молоком	200	7,10
<b>Обед</b>		
И000106/1 Овощи свежие	100	8,56
И000102 Суп картофельный с бобовыми (фасоль)	250	5,70
И000291 Плов из курицы	230	29,69
Я000389 Сок фруктовый	200	7,20
И000108 Хлеб пшеничный	40	1,82
Я000009 Хлеб ржаной	80	3,30
З00 Соль	5	0,06
Я00073 Апельсин	200	37,80
<b>2 нед. Понедельник</b>		
<b>Второй завтрак</b>		
Я00008 Пряник	30	2,97

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Стоимость
Я000389 Сок фруктовый	200	7,20
Я000338 Фрукты	200	12,00
<b>Обед</b>		
ИН106/1 Овощи свежие	100	8,56
И000102 Суп картофельный с бобовыми	250	3,55
Я000227 Рыба припущенная	100	40,27
И000312 Пюре картофельное	200	10,11
И000349 Компот из смеси сухофруктов	200	2,47
Я000009 Хлеб ржаной	80	3,30
Я000008 Хлеб пшеничный	40	1,27
300 Соль	5	0,06
<b>Полдник</b>		
И000410 Ватрушка с повидлом	75	5,96
И000386 Кефир	200	8,69
<b>Ужин</b>		
И000120 Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,89
И000001 Бутерброд с маслом	40	5,45
ИН00108 Хлеб пшеничный	40	1,82
И000382 Какао с молоком	200	6,40
0002 Лавровый лист	1	0,60
<b>2 нед. Вторник</b>		
<b>Завтрак</b>		
И000401 Оладьи (со сметаной)	150/40	15,07
И000209 Яйца вареные	1 шт.	6,50
ИН00108 Хлеб пшеничный	40	1,82
И000014 Масло (порциями)	15	6,75
И000379 Кофейный напиток с молоком	200	7,10
<b>Второй завтрак</b>		
Я000389 Сок фруктовый	200	7,20
Я000338 Фрукты	200	12,00
Я000452 Печенье	30	2,73
<b>Обед</b>		
И000101 Суп картофельный с крупой	250	3,87
И000288 Курица отварная	100/10	34,76
ИН00443 Соус сметанный натуральный	30	5,23
И000312 Пюре картофельное	200	10,11
И000349 Компот из смеси сухофруктов	200	2,47
Я000008 Хлеб пшеничный	40	1,27
Я000009 Хлеб ржаной	80	3,30
300 Соль	5	0,06
<b>Полдник</b>		
Я00014 Булочка йодированная	100	6,50
И000386 Кефир	200	8,69
<b>Ужин</b>		
Я000227 Рыба припущенная	100	40,27
И000139 Капуста тушеная	200	9,02
Я000008 Хлеб пшеничный	60	1,91
И000376 Чай с сахаром	200/15	1,18
<b>2 нед. Среда</b>		
<b>Завтрак</b>		
ИН00342 Рыба, тушенная в томате с овощами	100	16,50
И000125 Картофель отварной	210	11,40
И000075 Икра свекольная	100	7,13
ИН00108 Хлеб пшеничный	40	1,82
И000376 Чай с сахаром	200/15	1,18
<b>Второй завтрак</b>		
ИН112/5 Плоды или ягоды свежие (Бананы)	200	24,31
Я000389 Сок фруктовый	200	7,20
<b>Обед</b>		
ИН106/1 Овощи свежие	100	8,56
И000088 Ши из свежей капусты с картофелем	250	3,76
И000244 Плов из отварной говядины	230	67,65
Я000699 Напиток лимонный	200	3,68
ИН00108 Хлеб пшеничный	40	1,82
Я000009 Хлеб ржаной	80	3,30
300 Соль	5	0,06
<b>Полдник</b>		
И000223 Запеканка из творога	50/20	56,75
И000386 Кефир	200	8,69
<b>Ужин</b>		

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Стоимость
ИО00211 Омлет с сыром	200	45,23
ИО00001 Бутерброд с маслом	40	5,45
ИНО0108 Хлеб пшеничный	40	1,82
ИО00385 Молоко кипяченое	200	8,44
<b>2 нед. Четверг</b>		
<b>Завтрак</b>		
ИО00209 Яйца вареные	1 шт.	6,50
ИО00120 Суп молочный с макаронными изделиями	250	6,89
ИО00001 Бутерброд с маслом	40	5,45
ИНО0108 Хлеб пшеничный	40	1,82
ИО00385 Молоко кипяченое	200	8,44
<b>Второй завтрак</b>		
ИНО95/2 Бутерброды с повидлом (1-й вариант)	60	6,21
ЯО00389 Сок фруктовый	200	7,20
ЯО00338 Фрукты	200	12,00
<b>Обед</b>		
ЯО0033 Зеленый горошек консервированный	100	21,80
ИО00098 Суп крестьянский с крупой	250	3,03
ИО00288 Курица отварная	100/10	34,76
ИО00312 Пюре картофельное	200	10,11
ИО00349 Компот из смеси сухофруктов	200	2,47
ИНО0108 Хлеб пшеничный	40	1,82
ЯО00009 Хлеб ржаной	80	3,30
З00 Соль	5	0,06
<b>Полдник</b>		
ЯО0009 Вафли кондитерские	60	8,70
ИО00386 Кефир	200	8,69
<b>Ужин</b>		
ЯО00227 Рыба припущенная	100	40,27
ИО00139 Капуста тушеная	200	9,02
ИО00001 Бутерброд с маслом	40	5,45
ИНО0108 Хлеб пшеничный	40	1,82
ИО00376 Чай с сахаром	200/15	1,18
<b>2 нед. Пятница</b>		
<b>Завтрак</b>		
ИН106/2 Овощи натуральные (огурцы)	100	8,40
ИНО0381 Котлеты, биточки, шницели	100	48,43
ИО00125 Картофель отварной	210	11,40
ИО00001 Бутерброд с маслом	40	5,45
ИНО0108 Хлеб пшеничный	40	1,82
ЯО00699 Напиток лимонный	200	3,68
<b>Второй завтрак</b>		
ЯО00389 Сок фруктовый	200	7,20
ЯО0073 Апельсин	200	37,80
<b>Обед</b>		
ИО00099 Суп из овощей(ГОРОХ)	250	4,50
ИО00243 Сосиски отварные	120	35,52
ИО00139 Капуста тушеная	200	9,02
ИО00349 Компот из смеси сухофруктов	200	2,47
ИНО0108 Хлеб пшеничный	40	1,82
ЯО00009 Хлеб ржаной	80	3,30
З00 Соль	5	0,06