

1-я неделя ПОНЕДЕЛЬНИК	№ ТК по сборнику*	Наименование блюда	Вес в граммах	
			7-10 лет	11-17 лет
	262	Каша манная молочная с маслом	220/5	250/5
	301	Омлет натуральный	80/5	80/5
завтрак	501	Кофейный напиток	200	200
	108	Хлеб пшеничный	30	60
		Всего		
	143	Суп из овощей с фасолью	250	350
	405	Курица в соусе с томатом	110	130
обед	414	Рис отварной	150	200
	17	Салат из свежих огурцов	80	80
	508	Компот из сухофруктов	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	90
		Всего		
полдник	493	Чай	200	200
	541+607	Ватрушка с творогом	60	60
		Всего		
	381	Котлета	90	100
	291	Макароны отварные	150	200
ужин	437	Соус молочный	50	50
	65	Салат картофель, с зел. горошком	100	100
	494	Чай с лимоном	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	60
		Всего		
	112	яблоко	125	125
2-й ужин		булка	60	60

1-я неделя ВТОРНИК	№ ТК по сборнику*	Наименование блюда	Вес в граммах	
			7-10 лет	11-17 лет
	291	Каша рисовая	150/5	250/5
	395	Оладьи с джемом	100	100
завтрак	496	Какао с молоком	200	200
	108	Хлеб пшеничный	30	60
		Всего		
	128	Борщ с капустой и картошкой	250	350
	336	Рыба припущенная в молоке	110	130
обед	429	Картофельное пюре	150	200
	22	Салат из свеж. помидор	80	80
	519	Напиток из шиповника	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	90
		Всего		
полдник	493	Чай	200	200
	590	Печенье	60	60
		Всего		
	406	Плов	250	300
ужин	109	Хлеб ржаной	80	80
	2	Салат витаминный	100	100
	494	Чай с лимоном	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	60
		Всего		
		йогурт	100	100
2-й ужин		булка	60	60

1-я нед СРЕДА	№ ТК по сборнику*	Наименование блюда	Вес в граммах	
			7-10 л	11-17л
завтрак	268	Каша рисовая молочная с маслом	220/5	250/5
	90	Бутерброд, масло, сыр	20/5/20	80/5
	300	яйцо	40	40
	501	Кофейный напиток	200	200
	108	Хлеб пшеничный	30	60
		Всего		
обед	134	Рассольник Ленинградский	250	350
	368	Гуляш из говядины	110	130
	237	Гречка рассыпчатая	150	200
	24	Салат из свежих овощей	80	80
	508	Компот из сухофруктов	200	200
	109	Хлеб ржаной	80	80
	108	Хлеб пшеничный	60	90
		Всего		
полдник	493	Чай	200	200
	550	Шанежка наливная	70	70
		Всего		
ужин	149+169	Суп с фрикадельками	250/60	350/60
	543,609	Сосиска в тесте	80	80
	16	Салат из редиса, огурца ,яйца	100	100
	494	Чай с лимоном	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	60
		Всего		
2-й ужин		банан	125	125
		булка	60	60

1-я неделя ЧЕТВЕРГ	№ ТК по сборнику*	Наименование блюда	Вес в граммах	
			7-10 л	11-17л
завтрак	264	Каша пшеничная молоч.	220/5	250/5
	537	Оладьи с джемом	150/15	150/15
	496	Какао с молоком	200	200
	108	Хлеб пшеничный	30	60
		Всего		
обед	144	Гороховый суп	250	350
	291	Котлета	90	100
	291	Макароны отварные	150	200
	437	Соус томатный	50	50
	17	Салат из свеж. огурцов	80	80
	502	Напиток клюквенный	200	200
	109	Хлеб ржаной	80	80
	108	Хлеб пшеничный	60	90
	Всего			
полдник	493	Чай	200	200
	583	Кекс столичный	75	75
		Всего		
ужин	407	Рагу из птицы	250	350
	549	Пицца школьная	100	100
	76	Винегрет	100	100
	494	Чай с лимоном	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	60
		Всего		
2-й ужин		сок	200	200
		булка	60	60

1-я неделя ПЯТНИЦА	№ ТК по сборнику*	Наименование блюда	Вес в граммах	
			7-10 лт	11-17л
завтрак	275	Рисовая запеканка	200	200
	81	Бутерброд с колбасой	20/20	20/20
	105	Масло	10	10
	300	яйцо	40	40
	495	Чай с молоком	200	200
	108	Хлеб пшеничный	30	60
		Всего		
обед	141	Щи зеленые	250	350
	404	Филе курицы в сметанном соусе	110	130
	442			
	291	Макароны отварные	150	200
	22	Салат из свеж. помидор	80	80
	508	Компот из сухофруктов	200	200
	109	Хлеб ржаной	80	80
	108	Хлеб пшеничный	60	90
		Всего		
полдник	493	Чай	200	200
	542	Пироги с повидлом	75	75
		Всего		
ужин	524	Пельмени с маслом	200/10 12шт	200/10 12шт
	67	Салат из кальмаров	100	100
	494	Чай с лимоном	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	60
		Всего		
2-й ужин	112	банан	125	125
	516	булка	60	60

1-я неделя СУББОТА	№ ТК по сборнику*	Наименование блюда	Вес в граммах	
			7-10 лт	11-17л
завтрак	165	Молочный суп	250	350
	320 481	Сырники из творога со сгущ. молоком	100/20	100/20
	501	Кофейный напиток	200	200
	108	Хлеб пшеничный	30	60
		Всего		
обед	128	Борщ	250	350
	390	Тефтели в молоч. соусе	100	100
	237	Гречка рассыпчатая	150	200
	24	Салат из свежих овощей	80	80
	519	Напиток из шиповника	200	200
	109	Хлеб ржаной	80	80
	108	Хлеб пшеничный	60	90
	Всего			
полдник	493	Чай	200	200
	579	Коржик молочный	60	60
		Всего		
ужин	405	Курица в соусе в томате	110	130
	423	Тушенная капуста	75	100
	429	Картофельное пюре	75	100
	543.596	Пирог картофельный с луком	60+25	60+25
	494	Чай с лимоном	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	60
	Всего			
2-й ужин		йогурт	125	125
		булка	60	60

1-я неделя ВОСКРЕСЕНЬЕ	№ ТК по сборнику*	Наименование блюда	Вес в граммах	
			7-10 л	11-17л
завтрак	412	Каша кукурузная	220/5	250/5
	90	Бутерброд , масло, сыр	20/5/20	80/5
	501	Кофейный напиток	200	200
	300	яйцо	40	40
	108	Хлеб пшеничный	30	60
		Всего		
обед	153	Суп с рыбными консер	250	350
	368	Гуляш из говядины	110	130
	237	Гречка рассыпчатая	150	200
	17	Салат из свежих огурц	80	80
	508	Компот из сухофруктов	200	200
	109	Хлеб ржаной	80	80
	108	Хлеб пшеничный	60	90
		Всего		
полдник	493	Чай	200	200
	563	Булочка ванильная	60	60
		Всего		
ужин	395	Сардельки	100	100
		Картофель запеченный в сметанном соусе	150	200
	76	Винегрет	100	100
	494	Чай с лимоном	200	200
	108	Хлеб пшеничный	60	60
		Всего		
2-й ужин	112	Сок	200	200
		булка	60	60
		Всего за день:		