

# МЕНЮ 1 неделя

Весенне- летний период, 7-11 лет

## Понедельник (1 день)

### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
424	<b>Поджарка из куриной грудки</b> 152,1ккал	75/25	
508	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> 190,53 ккал	150	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
139	<b>Суп картофельный с горохом</b> (картофель, горох, морковь, лук репка, курица, соль) 187,3 ккал	200/20	
424	<b>Поджарка из куриной грудки</b> 152,1ккал	75/25	
508	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> 190,53 ккал	150	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 203,49 ккал	90	
	<b>ИТОГО</b>		

# МЕНЮ 1 неделя

Весенне- летний период, 7-11 лет

## Вторник (2 день)

### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
450	<b>Шницель натуральный рубленый (говядина)</b> 248,25 ккал	75	
516	<b>Макароны отварные</b> 269,2 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 67,83 ккал	30	
	<b>ИТОГО</b>		

### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
124	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b> (капуста свежая, картофель, лук репка, морковь, помидоры, курица, сметана) 159,36 ккал	200/20/10	
450	<b>Шницель натуральный рубленый (говядина)</b> 297,9 ккал	90	
516	<b>Макароны отварные</b> 269,2 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

# МЕНЮ 1 неделя

Весенне- летний период, 7-11 лет

## Среда (3 день)

### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
374	<b>Рыба (горбуша), тушенная с овощами</b> 125 ккал	50/50	
СП	<b>Рис, припущенный с овощами</b> 187,65 ккал	150	
СП	<b>Масло сливочное</b> 37,4 ккал	5	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
132	<b>Рассольник «Ленинградский»</b> (картофель, крупа перловая, лук репка, морковь, огурцы марин., курица, сметана) 152,32 ккал	200/20/10	
374	<b>Рыба (горбуша), тушенная с овощами</b> 125 ккал	50/50	
СП	<b>Рис, припущенный с овощами</b> 250,2 ккал	200	
СП	<b>Масло сливочное</b> 37,4 ккал	5	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

# МЕНЮ 1 неделя

Весенне- летний период, 7-11 лет

## Четверг (4 день)

### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
СП	<b>Куриная голень запеченная</b> 173,1 ккал	100	
510	<b>Каша пшеничная гарнирная</b> 162,45 ккал	150	
СП	<b>Масло сливочное</b> 37,4 ккал	5	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
110	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> (свекла, капуста, картофель, лук репка, морковь, курица, сметана) 148,52 ккал	200/20/10	
СП	<b>Куриная голень запеченная</b> 173,1 ккал	100	
510	<b>Каша пшеничная гарнирная</b> 162,45 ккал	150	
СП	<b>Масло сливочное</b> 37,4 ккал	5	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 203,49 ккал	90	
	<b>ИТОГО</b>		

# МЕНЮ 1 неделя

Весенне- летний период, 7-11 лет

## Пятница (5 день)

### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
СП	<b>Котлета по-деревенски</b> (куриная грудка, говядина, лук репка, панировочные сухари) 147,04 ккал	75	
516	<b>Макароньы отварные</b> 269,2 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 67,83 ккал	30	
	<b>ИТОГО</b>		

### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
157	<b>Солянка «Домашняя»</b> (курица, сосиски, картофель, лук репка, огурцы маринованные, томат. паста, сметана) 125,4 ккал	200/20/10	
СП	<b>Котлета по-деревенски</b> (куриная грудка, говядина, лук репка, панировочные сухари) 176,5 ккал	90	
516	<b>Макароньы отварные</b> 269,2 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 203,49 ккал	90	
	<b>ИТОГО</b>		

# МЕНЮ 2 неделя

## Весенне- летний период, 7-11 лет

### Понедельник (6 день)

#### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
424	<b>Поджарка из куриной грудки</b> 152,1ккал	75/25	
508	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> 190,53 ккал	150	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

#### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
139	<b>Суп картофельный с горохом</b> (картофель, горох, морковь, лук репка, курица, соль) 187,3 ккал	200/20	
424	<b>Поджарка из куриной грудки</b> 152,1ккал	75/25	
508	<b>Каша гречневая рассыпчатая</b> 190,53 ккал	150	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 203,49 ккал	90	
	<b>ИТОГО</b>		

# МЕНЮ 2 неделя

Весенне- летний период, 7-11 лет

## Вторник (7 день)

### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
450	<b>Шницель натуральный рубленый (говядина)</b> 248,25 ккал	75	
516	<b>Макароны отварные</b> 269,2 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 67,83 ккал	30	
	<b>ИТОГО</b>		

### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
СП	<b>Уха (горбуша) со взбитым яйцом</b> 99,22 ккал	200/20	
450	<b>Шницель натуральный рубленый (говядина)</b> 297,9 ккал	90	
516	<b>Макароны отварные</b> 269,2 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

# МЕНЮ 2 неделя

## Весенне- летний период, 7-11 лет

### Среда (8 день)

#### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
СП	<b>Котлета куриная</b> (куриная грудка, окорочка, лук репка, яйцо, мука пшеничная) 144,66 ккал	75	
СП	<b>Рис, припущенный с овощами</b> 250,2 ккал	200	
700	<b>Напиток из ягод</b> 112 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
СП	<b>Масло сливочное</b> 37,4 ккал	5	
	<b>ИТОГО</b>		

#### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
132	<b>Рассольник «Ленинградский»</b> (картофель, крупа перловая, лук репка, морковь, огурцы марин., курица, сметана) 152,32 ккал	200/20/10	
СП	<b>Котлета куриная</b> (куриная грудка, лук репка, яйцо, мука пшеничная) 173,59 ккал	90	
СП	<b>Рис, припущенный с овощами</b> 250,2 ккал	200	
700	<b>Напиток из ягод</b> 112 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 67,83 ккал	30	
СП	<b>Масло сливочное</b> 37,4 ккал	5	
	<b>ИТОГО</b>		



# МЕНЮ 2 неделя

Весенне- летний период, 7-11 лет

## Четверг (9 день)

### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
СП	<b>Котлета по-деревенски</b> (окорочка, говядина, лук репка, панировочные сухари) 147,08 ккал	75	
510	<b>Каша пшенная гарнирная</b> 252,4 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
110	<b>Борщ из свежей капусты с картофелем</b> (свекла, капуста, картофель, лук репка, морковь, курица, сметана) 148,52 ккал	200/20/10	
СП	<b>Котлета по-деревенски</b> (куриная грудка, говядина, лук репка, панировочные сухари) 176,5 ккал	90	
510	<b>Каша пшенная гарнирная</b> 252,4 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

# МЕНЮ 2 неделя

Весенне- летний период, 7-11 лет

## Пятница (10 день)

### Завтрак

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
462	<b>Тефтели из говядины с рисом в томатном соусе</b> 136 ккал	60/50	
514	<b>Гороховое пюре</b> 216,55 ккал	150	
705	<b>Напиток из ягод</b> 98,6 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		

### Обед

№ рецептур	Наименование	Выход, гр.	
157	<b>Солянка «Домашняя»</b> (курица, сосиски, картофель, лук репка, огурцы маринованные, томат. паста, сметана) 125,4 ккал	200/20/10	
462	<b>Тефтели из говядины с рисом в томатном соусе</b> 136 ккал	60/50	
514	<b>Гороховое пюре</b> 288,73 ккал	200	
685	<b>Чай с сахаром</b> 56,8 ккал	200	
	<b>Хлеб пшеничный</b> 135,66 ккал	60	
	<b>ИТОГО</b>		