

Категория: 7-11 лет

№ рецептуры	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда
День 1			
260	ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	200
574	ЗАВТРАК	Булочка школьная	100
493	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
131	ОБЕД	Свекольник	200
395.1	ОБЕД	Сосиски отварные в соусе	90
418.1	ОБЕД	Каша из гороха с маслом	150
508	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
503	ПОЛДНИК	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200
646	ПОЛДНИК	Бантики с корицей	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500
День 2			
117	ЗАВТРАК	Запеканка из творога (с соусом)	200
112	ЗАВТРАК	Плоды свежие (яблоки)	100
494	ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
147	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	200
411	ОБЕД	Кнели из кур с рисом	90
237	ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая	150
512.1	ОБЕД	Компот из кураги	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
516.1	ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200
б/н	ПОЛДНИК	Пирог морковный	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500

День 3			
406	ЗАВТРАК	Плов из отварной птицы (завтрак)	200
107	ЗАВТРАК	Огурцы соленые	60
111	ЗАВТРАК	Батон нарезной	40
493	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
144.2	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200
405	ОБЕД	Курица в соусе томатном	90
291	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	150
519	ОБЕД	Напиток из шиповника	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
511.1	ПОЛДНИК	Компот из замороженной ягоды	200
540	ПОЛДНИК	Ватрушки с повидлом	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500
День 4			
266	ЗАВТРАК	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200
542	ЗАВТРАК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	100
494	ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
142.1	ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем вегетарианские со сметаной	200
381	ОБЕД	Котлеты из говядины, припущенные в соусе	90
414	ОБЕД	Рис отварной	150
508	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
518.1	ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200
555.1	ПОЛДНИК	Косичка с сахаром	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500
День 5			
296	ЗАВТРАК	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200
112	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоки)	100
493	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
134.1	ОБЕД	Рассольник ленинградский на курином бульоне	200
412.1	ОБЕД	Котлеты куриные, припущенные с соусом	90
195.1	ОБЕД	Рагу из овощей	150
512.1	ОБЕД	Компот из кураги	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
503	ПОЛДНИК	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200
573	ПОЛДНИК	Гребешок с повидлом	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500

День 6			
305	ЗАВТРАК	Омлет с колбасными изделиями	200
564	ЗАВТРАК	Булочка домашняя	100
494	ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
146.1	ОБЕД	Суп картофельный с клецками вегетарианский	200
343	ОБЕД	Рыба, тушенная в томатном соусе с овощами	90
429	ОБЕД	Картофельное пюре	150
519	ОБЕД	Напиток из шиповника	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1200
День 7			
268	ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200
111	ЗАВТРАК	Батон нарезной	40
100.1	ЗАВТРАК	Сыр твердый порциями	10
105	ЗАВТРАК	Масло сливочное	10
493	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200
590	ЗАВТРАК	Печенье	40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
128.1	ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем вегетарианский со сметаной	200
395.1	ОБЕД	Сосиски отварные в соусе	90
291	ОБЕД	Макаронные изделия отварные	150
508	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
496	ПОЛДНИК	Какао с молоком (1-й вариант)	200
550	ПОЛДНИК	Шанежка наливная	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500
День 8			
313.2	ЗАВТРАК	Запеканка из творога с повидлом	200
494	ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200
270	ЗАВТРАК	Плюшка новомосковская	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
156	ОБЕД	Суп-лапша на курином бульоне	200
406	ОБЕД	Плов из отварной птицы	240
519	ОБЕД	Напиток из шиповника	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
511.1	ПОЛДНИК	Компот из замороженной ягоды	200
543.2	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с капустным фаршем	60
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			260
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1460

День 9			
250	ЗАВТРАК	Каша манная вязкая	200
564	ЗАВТРАК	Булочка домашняя	100
493	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
144.2	ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200
408	ОБЕД	Суфле из кур с соусом	90
237	ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая	150
512.1	ОБЕД	Компот из кураги	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
516.1	ПОЛДНИК	Кисломолочный продукт	200
541.1	ПОЛДНИК	Ватрушки с творожным фаршем	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500
День 10			
305	ЗАВТРАК	Омлет с колбасными изделиями	200
105	ЗАВТРАК	Масло сливочное	10
100.1	ЗАВТРАК	Сыр твердый порциями	10
111	ЗАВТРАК	Батон нарезной	40
494	ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200
590	ЗАВТРАК	Печенье	40
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
134.2	ОБЕД	Рассольник ленинградский вегетарианский	200
345.1	ОБЕД	Котлеты рыбные с соусом	90
195.1	ОБЕД	Рагу из овощей	150
508	ОБЕД	Компот из смеси сухофруктов	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
503	ПОЛДНИК	Кисель из концентрата плодового или ягодного	200
542	ПОЛДНИК	Пирожки печеные из сдобного теста с повидлом	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500

День 11			
296	ЗАВТРАК	Макаронные изделия, запеченные с сыром	200
112	ЗАВТРАК	Фрукты свежие (яблоки)	100
493	ЗАВТРАК	Чай с сахаром	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
142.3	ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне	200
412.2	ОБЕД	Шницели куриные, припущенные с соусом	90
429	ОБЕД	Картофельное пюре	150
519	ОБЕД	Напиток из шиповника	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
518.1	ПОЛДНИК	Сок фруктовый	200
560	ПОЛДНИК	Булочка "Нежная"	100
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			300
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1500
День 12			
164	ЗАВТРАК	Суп молочный с крупой	200
563	ЗАВТРАК	Булочка ванильная	100
494	ЗАВТРАК	Чай с лимоном	200
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			500
146.1	ОБЕД	Суп картофельный с клецками вегетарианский	200
399	ОБЕД	Оладьи из печени по-кунцевски	90
242	ОБЕД	Каша перловая рассыпчатая	150
512.1	ОБЕД	Компот из кураги	200
108	ОБЕД	Хлеб пшеничный	30
109	ОБЕД	Хлеб ржаной	30
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			700
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1200