

План - меню

День 1

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Фрукт	гр	100	100
Фрукт	гр	100	100
Макароны отварные с маслом	гр	150	180
макаронные изделия	гр	52	65
масло сливочное	гр	8	10
соль	гр	2	3
Котлета из говядины с соусом	гр	80/20	90/20
котлеты говяжьи п/ф	шт	1 (100гр)	1 (110гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	20	20
масло растительное	гр	1	1
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	4/3	4/3
лук репчатый	гр	2/1	2/1
сахарный песок	гр	1	1
соль	гр	0,5	0,5
мука	гр	1	1
Чай сладкий с яблоками	гр	180/10/10	180/10/10
чай-заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
яблоки свежие	гр	12/10	12/10
вода	гр	210	210
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	50
Обед			
Салат из моркови с яблоками (до 1 марта)	гр	60	100
морковь свежая	гр	48/42	88/70
сахарный песок	гр	1	2
яблоки	гр	14/12	24/10
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
Салат картофельный с солеными огурцами (с 1 марта)	гр	60	100
картофель	гр	40/24	68/40
лук репчатый	гр	7/6	12/10
морковь	гр	9/6	16/12
яйцо	гр	6	10
масло растительное	гр	6	10

соль	гр	0,5	1
огурцы соленые	гр	13/12	22/20
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	гр	225/15/10	225/15/10
Мясо говядины на кости	гр	32/24	32/24
картофель	гр	35/21	35/21
лук репчатый	гр	12/10	12/10
морковь свежая	гр	13/10	13/10
капуста свежая	гр	25/20	25/20
свекла	гр	50/40	50/40
масло растительное	гр	2	2
томатная паста	гр	8	8
вода	гр	180	180
соль	гр	2	2
сметана	гр	10	10
сахарный песок	гр	3	3
Гороховое пюре	гр	150	180
горох	гр	50	60
масло сливочное	гр	5	6
соль	гр		2
вода	гр	150	180
Кнели куриные с соусом	гр	80/20	90/20
кнели куриные п/ф	шт	1 (90гр)	1 (100гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	20	20
масло растительное	гр	1	1
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	4/3	4/3
лук репчатый	гр	2/1	2/1
сахарный песок	гр	1	1
соль	гр	0,5	0,5
мука	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	40
Компот из сухофруктов	гр	200	200
смесь компотная	гр	18	18
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210

План - меню

День 2

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Фрукт	гр	100	100
Фрукт	гр	100	100
Каша гречневая рассыпчатая	гр	150	180
крупa гречневая	гр	54	65
масло сливочное	гр	8	10
соль	гр	2	2
вода	гр	105	126
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	гр	50/50	50/50
грудка куриная	гр	104/75	104/75
сметана	гр	12	12
мука	гр	4	4
масло сливочное	гр	3	3
соль	гр	0,5	0,5
вода	гр	38	38
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	60
Чай с сахаром и лимоном	гр	185/10/5	185/10/5
чай	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	200	200
лимон	гр	6/5	6/5
Обед			
Салат из белокочанной капусты (до 1 марта)	гр	60	100
капуста свежая белокочанная	гр	60/48	100/80
морковь	гр	10/8	18/14
масло растительное	гр	6	10
сахарный песок	гр	3	6
соль пищевая	гр	0,5	1
Огурцы свежие с маслом (после 1 марта)	гр	60	100
Огурцы свежие	гр	57/54	94/90
масло растительное	гр	6	10
Суп картофельный с клецками с курицей и сметаной	гр	225/15/10	225/15/10
курица тушка	гр	32/24	32/24
картофель	гр	83/50	83/50
лук репчатый	гр	12/10	12/10
морковь свежая	гр	12/10	12/10
масло растительное	гр	2	2

вода	гр	250	250
соль	гр	2	2
сметана	гр	10	10
Клецки готовые	гр	40	40
яйцо	гр	4	4
масло сливочное	гр	1	1
вода	гр	19	19
мука	гр	12	12
соль	гр	1	1
Рис отварной	гр	150	180
крупа рисовая	гр	52	63
масло сливочное	гр	8	10
соль	гр	2	3
Биточки рыбные с соусом	гр	80/30	90/30
биточки рыбные п/ф	шт	1 (100гр)	1 (110гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	30	30
масло растительное	гр	1	1
морковь свежая	гр	5/4	5/4
лук репчатый	гр	3/2	3/2
томатная паста	гр	4	4
мука	гр	2	2
соль	гр	0,5	0,5
вода	гр	30	20
сахарный песок	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	60	60
Компот из яблок	гр	200	200
яблоко	гр	51/43	51/43
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210

План - меню

День 3

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты с огурцами (до 1 марта)	гр	60	100
капуста белокочанная	гр	49/39	82/66
огурцы свежие	гр	23/18	38/30
масло растительное	гр	4	8
соль пищевая	гр	0,6	1
Огурцы свежие порционно (после 1 марта)	гр	60	100
огурцы свежие	гр	63/60	106/100
Каша пшеничная рассыпчатая	гр	150	180
крупа пшеничная	гр	60	72
масло сливочное	гр	7	9
соль	гр	0,5	0,5
Гуляш из говядины с соусом	гр	50/50	50/50
мясо говядина на кости	гр	109/80	109/80
лук репчатый	гр	15/13	15/13
масло растительное	гр	5	5
томатная паста	гр	5	5
мука	гр	1	1
соль	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	60
Чай с сахаром и черносливом	гр	180/10/7	180/10/7
чай-заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
чернослив	гр	7	7
вода	гр	210	210
Обед			
Винегрет овощной	гр	60	100
картофель	гр	36/22	60/38
морковь	гр	8/6	14/10
свекла	гр	13/10	22/16
лук репчатый	гр	10/8	16/14
огурцы соленые	гр	12/11	20/18
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
Рассольник Ленинградский на мкб со сметаной	гр	225/15/10	225/15/10

говядина на кости	гр	32/24	32/24
картофель	гр	124/75	124/75
крупа перловая	гр	5	5
морковь свежая	гр	13/10	13/10
лук репчатый	гр	6/5	6/5
огурцы соленые	гр	13/12	13/12
масло растительное	гр	2	2
томатная паста	гр	4	4
соль	гр	2	2
вода	гр	180	180
сметана	гр	10	10
Рагу из говядины	гр	210	230
Мясо говядины	гр	90/66	99/79
капуста	гр	59/47	88/53
картофель	гр	83/50	92/55
лук репчатый	гр	14/11	15/13
морковь	гр	25/20	28/22
масло растительное	гр	5	6
томатная паста	гр	5	7
соль	гр	1	1
вода	гр	47	52
мука	гр	3	4
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	60
Чай с сахаром и урюком	гр	180/10/7	180/10/7
чай-заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
урюк	гр	7	7
вода	гр	210	210

План - меню

День 4

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Сыр	гр	10	15
сыр	гр	10	15
Каша молочная геркулесовая с маслом	гр	200/5/10	200/5/10
крупка геркулесовая	гр	30	30
молоко	гр	140	140
вода	гр	44	44
сахарный песок	гр	5	5
соль	гр	1	1
масло сливочное	гр	10	10
Сосиска в тесте	гр	90	90
Для теста:	гр	50	50
мука	гр	32	32
дрожжи сухие	гр	1	1
масло растительное	гр	3	3
соль	гр	1	1
сахарный песок	гр	1	1
яйцо	гр	1	1
молоко	гр	10	10
вода	гр	6	6
Сосиска говяжья	гр	50	50
мука	гр	3	3
масло растительное	гр	2	2
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	60
Чай с сахаром и изюмом	гр	180/10/7	180/10/7
чай-заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
изюм	гр	7	7
вода	гр	210	210
Обед			
Салат из моркови (до 1 марта)	гр	60	100
морковь	гр	76/54	122/90
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
сахарный песок	гр	2	4

Салат из припущ. моркови с яблоками (с 1 марта)	гр	60	100
морковь	гр	57/42	88/70
яблоки	гр	14/12	25/20
сахарный песок	гр	1	2
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	гр	235/15	235/15
мясо говядины на кости	гр	32/24	32/24
картофель	гр	83/50	83/50
морковь свежая	гр	12/10	12/10
лук репчатый	гр	12/10	12/10
горох	гр	12	12
масло растительное	гр	2	2
соль	гр	2	2
вода	гр	200	200
Гренки из пшеничного хлеба	гр	15	15
хлеб пшеничный	гр	18	18
масло растительное	гр	1	1
Макароны отварные с маслом	гр	150	180
макаронные изделия	гр	52	65
масло сливочное	гр	8	10
соль	гр	2	3
Котлета из птицы с соусом	гр	80/20	90/20
Котлеты куриные п/ф	шт	1 (100гр)	1 (110гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	20	20
масло растительное	гр	1	1
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	4/3	4/3
лук репчатый	гр	2/1	2/1
сахарный песок	гр	1	1
соль	гр	0,5	0,5
мука	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	60
Компот из сухофруктов	гр	200	200
смесь компотная	гр	18	18
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210

План - меню

День 5

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Салат картофельный с солеными огурцами	гр	60	100
картофель	гр	40/24	68/40
лук репчатый	гр	7/6	12/10
морковь	гр	9/6	16/12
яйцо	гр	6	10
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
огурцы соленые	гр	13/12	22/20
Плов из птицы	гр	200	230
крупа рисовая	гр	47	55
курица	гр	89/66	103/76
лук репчатый	гр	12/10	14/12
морковь	гр	12/10	15/12
масло растительное	гр	10	11
соль	гр	0,6	1
томатная паста	гр	5	5
вода	гр	105	120
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	60	60
Чай с сахаром и лимоном	гр	185/10/5	185/10/5
чай	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	200	200
лимон	гр	6/5	6/5
Обед			
Салат из свежих томатов с огурцами	гр	60	100
помидоры	гр	35/30	59/50
огурцы	гр	26/21	43/35
масло растительное	гр	3	6
соль	гр	0,4	0,5
лук репчатый	гр	7/6	12/10
Суп с макаронными изделиями с курицей и сметаной	гр	225/15/10	225/15/10
курица тушка	гр	32/24	32/24
картофель	гр	83/50	83/50
лук репчатый	гр	6/5	6/5
морковь свежая	гр	13/10	13/10
масло растительное	гр	2	2
вода	гр	250	250

соль	гр	2	2
вермишель	гр	26	26
сметана	гр	10	10
Плов с говядиной (крупа гречневая)	гр	200	230
крупа гречневая	гр	48	55
мясо говядины на кости	гр	87/65	106/78
лук репчатый	гр	8/6	9/7
морковь свежая	гр	13/10	15/12
масло растительное	гр	8	9
соль	гр	1	1
вода	гр	130	162
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	60
Кисель ягодный	гр	200	200
кисель концентрат	гр	24	24
вода	гр	210	210

План - меню

День 6

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Огурцы свежие с маслом	гр	60	100
Огурцы свежие	гр	57/54	94/90
масло растительное	гр	6	10
Картофельное пюре	гр	150	180
картофель	гр	224/135	269/162
масло сливочное	гр	8	10
молоко	гр	24	29
соль	гр	1	1
Биточки рыбные с соусом	гр	80/30	90/30
биточки рыбные п/ф	шт	1 (100гр)	1 (110гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	30	30
масло растительное	гр	1	1
морковь свежая	гр	5/4	5/4
лук репчатый	гр	3/2	3/2
томатная паста	гр	4	4
мука	гр	2	2
соль	гр	0,5	0,5
вода	гр	30	20
сахарный песок	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	60
Чай с сахаром и яблоками	гр	180/10/10	180/10/10
чай-заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
яблоки	гр	12/10	12/10
вода	гр	210	210
Обед			
Салат из свеклы отварной	гр	60	100
свекла	гр	69/58	116/96
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	гр	225/15/10	225/15/10
мясо говядины на кости	гр	32/24	32/24
капуста свежая	гр	63/50	63/50
картофель	гр	50/30	50/30
морковь	гр	13/10	13/10

лук репчатый	гр	12/10	12/10
томатная паста	гр	5	5
масло растительное	гр	2	2
соль	гр	2	2
вода	гр	200	200
сметана	гр	10	10
Каша пшеничная рассыпчатая	гр	150	180
крупа пшеничная	гр	60	72
масло сливочное	гр	7	9
соль	гр	0,5	0,5
Курица тушеная с овощами	гр	80/30	80/30
курица	гр	116	116
вода	гр	30	30
масло растительное	гр	2	2
морковь	гр	5/4	5/4
лук репчатый	гр	2/1	2/1
томатная паста	гр	4	4
мука	гр	2	2
соль	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	60
Компот из свежих плодов	гр	200	200
Яблоко	гр	51/43	51/43
Сахарный песок	гр	10	10
Вода	гр	210	210

План - меню

День 7

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Сыр порционно	гр	15	15
Сыр	гр	15	15
Каша молочная "Дружба" со сливочным маслом	гр	200/5/10	220/5/12
крупа рисовая	гр	18	20
пшено	гр	20	22
молоко	гр	140	154
вода	гр	44	48
сахарный песок	гр	5	5
соль	гр	1	1
масло сливочное	гр	10	12
Пирожок с повидлом	гр	60	60
Для теста:	гр	50	50
мука	гр	32	32
дрожжи сухие	гр	1	1
масло растительное	гр	3	3
соль	гр	1	1
сахарный песок	гр	1	1
яйцо	гр	1	1
молоко	гр	10	10
вода	гр	6	6
повидло	гр	25	25
мука	гр	3	3
масло растительное	гр	2	2
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	60
Чай с сахаром	гр	190/10	190/10
чай-заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210
Обед			
Салат из белокочанной капусты (до 1 марта)	гр	60	100
капуста свежая белокочанная	гр	60/48	100/80
морковь	гр	10/8	18/14
масло растительное	гр	6	10
сахарный песок	гр	3	6
соль пищевая	гр	0,5	1

Салат из свеклы с зеленым горошком (после 1 марта)	гр	60	100
свекла	гр	55/42	92/70
зеленый горошек	гр	12	20
масло растительное	гр	6	10
сахарный песок	гр	1	2
соль	гр	0,5	1
Суп картофельный с крупой (пшенный) с курицей и сметаной	гр	225/15/10	225/15/10
курица тушка	гр	32/24	32/24
картофель	гр	125/75	125/75
морковь свежая	гр	13/10	13/10
лук репчатый	гр	13/10	13/10
крупка пшенная	гр	10	10
масло растительное	гр	2	2
соль	гр	2	2
вода	гр	200	200
сметана	гр	10	10
Жаркое по-домашнему (из говядины)	гр	200	230
Мясо говядины на кости	гр	103/76	120/88
Картофель	гр	152/91	174/104
Лук репчатый	гр	14/11	14/12
Морковь свежая	гр	25/20	29/23
Масло растительное	гр	6	7
Томатная паста	гр	4	4
Вода	гр	95	108
Соль	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	60
Компот из сухофруктов	гр	200	200
смесь компотная	гр	18	18
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210

План - меню

День 8

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Фрукт	гр	100	100
фрукт	гр	100	100
Сложный гарнир	гр	100/50	130/50
Картофельное пюре	гр	100	130
картофель	гр	150/90	195/117
молоко	гр	16	20
масло сливочное	гр	5	7
соль	гр	0,5	0,5
Капуста тушеная	гр	50	50
капуста белокочанная	гр	63/50	63/50
масло растительное	гр	3	3
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	3/2	3/2
лук репчатый	гр	5/4	5/4
мука	гр	1	1
сахарный песок	гр	2	2
соль	гр	0,5	0,5
вода	гр	20	20
Котлета из говядины с соусом	гр	80/20	90/20
котлеты говяжьи п/ф	шт	1 (100гр)	1 (110гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	20	20
масло растительное	гр	1	1
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	4/3	4/3
лук репчатый	гр	2/1	2/1
сахарный песок	гр	1	1
соль	гр	0,5	0,5
мука	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	60
Чай с сахаром и лимоном	гр	185/10/5	185/10/5
чай	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210
лимон	гр	6/5	6/5
Обед			
Салат из моркови (до 1 марта)	гр	60	100
морковь	гр	76/54	122/90

масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
сахарный песок	гр	2	4
С-т из припущенной моркови с изюмом (после 1 марта)	гр	60	100
морковь	гр	65/48	108/80
изюм	гр	7/6	12/10
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
сахарный песок	гр	2	4
Борщ с капустой и картофелем на мкб со сметаной	гр	225/15/10	225/15/10
Мясо гвядины на кости	гр	32/24	32/24
картофель	гр	35/21	35/21
лук репчатый	гр	12/10	12/10
морковь свежая	гр	13/10	13/10
капуста свежая	гр	25/20	25/20
свекла	гр	50/40	50/40
масло растительное	гр	2	2
томатная паста	гр	8	8
вода	гр	180	180
соль	гр	2	2
сметана	гр	10	10
сахарный песок	гр	3	3
Макароны отварные с маслом	гр	150	180
макаронные изделия	гр	52	65
масло сливочное	гр	8	10
соль	гр	2	3
Кнели куриные с соусом	гр	80/20	90/20
кнели куриные п/ф	шт	1 (90гр)	1 (100гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	20	20
масло растительное	гр	1	1
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	4/3	4/3
лук репчатый	гр	2/1	2/1
сахарный песок	гр	1	1
соль	гр	0,5	0,5
мука	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	40
Кисель ягодный	гр	200	200
кисель концентрат	гр	24	24
вода	гр	210	210

План - меню

День 9

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Салат "Витаминный" (до 1 марта)	гр	60	100
Капуста свежая	гр	39/31	66/52
Морковь	гр	10/8	18/14
Яблоки свежие	гр	18/15	30/24
Сахарный песок	гр	3	6
Масло растительное	гр	3	4
соль	гр	0,5	1
Огурцы свежие порционно (после 1 марта)	гр	60	100
Огурцы свежие	гр	63/60	106/100
Плов из говядины	гр	200	230
крупа рисовая	гр	48	55
мясо говядины на кости	гр	87/65	106/78
лук репчатый	гр	8/6	9/8
морковь свежая	гр	13/10	15/12
масло растительное	гр	8	9
соль	гр	1	1
вода	гр	130	162
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	50
Чай сладкий с яблоком	гр	180/10/10	180/10/10
чай-заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210
яблоки свежие	гр	12/10	12/10
Обед			
Салат из свежих томатов с огурцами	гр	60	100
помидоры	гр	35/30	59/50
огурцы	гр	26/21	43/35
масло растительное	гр	3	6
соль	гр	0,4	0,5
лук репчатый	гр	7/6	12/10
Суп картофельный с бобовыми (гороховый) на мкб	гр	235/15	235/15
мясо говядины на кости	гр	32/24	32/24
картофель	гр	83/50	83/50
морковь свежая	гр	12/10	12/10
лук репчатый	гр	12/10	12/10
горох	гр	12	12
масло растительное	гр	2	2

соль	гр	2	2
вода	гр	200	200
Гренки из пшеничного хлеба	гр	15	15
хлеб пшеничный	гр	18	18
масло растительное	гр	1	1
Рагу овощное с птицей	гр	200	230
курица тушка	гр	85/63	102/76
капуста	гр	76/45	84/50
картофель	гр	80/48	79/47
лук репчатый	гр	14/11	15/13
морковь	гр	25/19	28/21
масло растительное	гр	5	6
томатная паста	гр	5	7
соль	гр	1	1
вода	гр	45	50
мука	гр	2	3
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	60
Компот из свежих плодов	гр	200	200
яблоки	гр	51/43	51/43
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210

План - меню

День 10

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Фрукт	гр	100	100
фрукт	гр	100	100
Каша гречневая рассыпчатая	гр	150	180
крупа гречневая	гр	54	65
масло сливочное	гр	8	10
соль	гр	2	2
вода	гр	105	126
Куриная грудка тушеная в сметанном соусе	гр	50/50	50/50
грудка куриная	гр	104/75	104/75
сметана	гр	12	12
мука	гр	4	4
масло сливочное	гр	3	3
соль	гр	0,5	0,5
вода	гр	38	38
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	50	60
Чай сладкий с урюком	гр	180/10/7	180/10/7
чай заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
урюк	гр	7	7
вода	гр	210	210
Обед			
Сыр порционно	гр	10	15
Сыр	гр	10	15
Суп с макаронными изделиями с курицей и сметаной	гр	225/15/10	225/15/10
курица тушка	гр	32/24	32/24
картофель	гр	83/50	83/50
лук репчатый	гр	6/5	6/5
морковь свежая	гр	13/10	13/10
масло растительное	гр	2	2
вода	гр	250	250
соль	гр	2	2
вермишель	гр	26	26
сметана	гр	10	10
Рис отварной	гр	150	180
крупа рисовая	гр	52	63

масло сливочное	гр	8	10
соль	гр	2	3
Рыба припущенная с овощами	гр	90/30	90/30
минтай св/мор	гр	148/112	148/112
морковь свежая	гр	6/5	6/5
лук репчатый	гр	4/3	4/3
сметана	гр	6	6
масло растительное	гр	2	2
соль	гр	1	1
вода	гр	11	11
мука	гр	1	1
масло сливочное	гр	2,5	2,5
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	60	60
Компот из сухофруктов	гр	200	200
смесь компотная	гр	18	18
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210

План - меню

День 11

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Винегрет овощной	гр	60	100
картофель	гр	36/22	60/38
морковь	гр	8/6	14/10
свекла	гр	13/10	22/16
лук репчатый	гр	10/8	16/14
огурцы соленые	гр	12/11	20/18
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
Макароны отварные с маслом	гр	150	180
макаронные изделия	гр	52	65
масло сливочное	гр	8	10
соль	гр	2	3
Сосиска отварная с соусом	гр	100/20	100/20
сосиски говяжьи	гр	100	100
Соус красный основной	гр	20	20
масло растительное	гр	1	1
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	4/3	4/3
лук репчатый	гр	2/1	2/1
сахарный песок	гр	1	1
соль	гр	0,5	0,5
мука	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	40
Чай с сахаром и лимоном	гр	185/10/5	185/10/5
чай	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	200	200
лимон	гр	6/5	6/5
Обед			
Огурцы свежие с маслом	гр	60	100
Огурцы свежие	гр	57/54	94/90
масло растительное	гр	6	10
Щи из свежей капусты с картофелем на мкб со сметаной	гр	225/15/10	225/15/10
мясо говядины на кости	гр	32/24	32/24
капуста свежая	гр	63/50	63/50
картофель	гр	50/30	50/30

морковь	гр	13/10	13/10
лук репчатый	гр	12/10	12/10
томатная паста	гр	5	5
масло растительное	гр	2	2
соль	гр	2	2
вода	гр	200	200
сметана	гр	10	10
Каша пшеничная рассыпчатая	гр	150	180
крупа пшеничная	гр	60	72
масло сливочное	гр	7	9
соль	гр	0,5	0,5
Тефтели с соусом	гр	80/20	90/20
тефтели п/ф	шт	1 (100гр)	1 (110гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	20	20
масло растительное	гр	1	1
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	4/3	4/3
лук репчатый	гр	2/1	2/1
сахарный песок	гр	1	1
соль	гр	0,5	0,5
мука	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	40
Кисель ягодный	гр	200	200
кисель концентрат	гр	24	24
вода	гр	210	210

План - меню

День 12

Наименование	Ед. изм.	Норма закладки	
		Младшая	Старшая
Завтрак			
Салат из белокочанной капусты (до 1 марта)	гр	60	100
капуста свежая белокочанная	гр	60/48	100/80
морковь	гр	10/8	18/14
масло растительное	гр	6	10
сахарный песок	гр	3	6
соль пищевая	гр	0,5	1
Салат из припущенной моркови с яблоками (с 1 марта)	гр	60	100
морковь	гр	57/42	88/70
яблоки	гр	14/12	25/20
сахарный песок	гр	1	2
масло растительное	гр	6	10
соль	гр	0,5	1
Гороховое пюре	гр	150	180
горох	гр	50	60
масло сливочное	гр	5	6
соль	гр		2
вода	гр	150	180
Котлета из птицы с соусом	гр	80/20	90/20
Котлеты куриные п/ф	шт	1 (100гр)	1 (110гр)
масло растительное	гр	1	1
Соус красный основной	гр	20	20
масло растительное	гр	1	1
томатная паста	гр	3	3
морковь	гр	4/3	4/3
лук репчатый	гр	2/1	2/1
сахарный песок	гр	1	1
соль	гр	0,5	0,5
мука	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	40
Чай сладкий с яблоком	гр	180/10/10	180/10/10
чай-заварка	гр	1	1
сахарный песок	гр	10	10
вода	гр	210	210
яблоки свежие	гр	12/10	12/10
Обед			
Салат из свеклы с зеленым горошком	гр	60	100
свекла	гр	55/42	92/70

зеленый горошек	гр	12	20
масло растительное	гр	6	10
сахарный песок	гр	1	2
соль	гр	0,5	1
Рассольник Ленинградский на мкб со смет.	гр	225/15/10	225/15/10
мясо говядины на кости	гр	32/24	32/24
картофель	гр	124/75	124/75
крупа перловая	гр	5	5
морковь свежая	гр	13/10	13/10
лук репчатый	гр	6/5	6/5
огурцы соленые	гр	13/12	13/12
масло растительное	гр	2	2
томатная паста	гр	4	4
соль	гр	2	2
вода	гр	180	180
сметана	гр	10	10
Жаркое по-домашнему (из говядины)	гр	200	230
Мясо говядины на кости	гр	103/76	120/88
Картофель	гр	152/91	174/104
Лук репчатый	гр	14/11	14/12
Морковь свежая	гр	25/20	29/23
Масло растительное	гр	6	7
Томатная паста	гр	4	4
Вода	гр	95	108
Соль	гр	1	1
Хлеб пшеничный/ ржано пшеничный	гр	40	40
Компот из изюма	гр	200	200
Изюм	гр	18	18
Сахарный песок	гр	10	10
Вода	гр	210	210