

1 неделя
1 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Суп лапша	200	230	250	лапша	16	18	20
				морковь	11	13	14
				соль йодированная	0,4	0,4	0,4
				лук репчатый	9	10	11
				картофель	9	10	11
				масло сливочное	4	5	5
Тефтели из говядины	61	73	80	куриный бульон	189	217	236
				мясо говяд	61	73	80
				хлеб пшен	11	12	13
				молоко	16	18	20
				лук	32	36	40
				масло слив	4	5	5
				м.растит	4	5	6
				мука	5	6	7
				гречка	48	62	71
				масло сливочн	4	5	6
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150				
Молоко с медом	200	200	200	Молоко	200	200	200
				Мед	5	5	5
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	хлеб ржано- пшеничный	20	35	40

**1 неделя
2 день**

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Суп с крупой	200	230	250	овсяная крупа	20	23	25
				морковь	11	13	14
				лук	9	10	11
				растительное масло	4	5	5
				костный бульон	200	230	250
Салат свекольный	84	100	118	свекла	84	100	118
				масло растительное	8	11	15
Куры отварные	80	90	100	куры	165	186	208
				лук	3	3	3
Гарнир:макаронны	100	130	150	макаронны	26	35	42
				масло сливочное	4	5	6
Компот из с/фруктов	200	200	200	сахар	20	20	20
				сухофрукты	20	20	20
				Аскорбинка	0,0007	0,0007	0,0007
Фрукты	200	200	200	яблоко	200	200	200
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	хлеб ржано- пшеничный	20	35	40

1 неделя

3 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Рассольник	200	230	250	картофель	80	92	100
				крупа перловая	15	17	18
				лук репчатый	10	12	13
				морковь	11	13	14
				м.сливочное	4	5	5
				костный бульон	200	230	250
				огурцы соленые	14	16	17
Котлеты из говядины	75/5	85/5	95/5	мясо говяд	76	86	96
				хлеб пшен	14	16	18
				молоко	19	22	25
				сухари	8	9	10
				масло слив	6	7	8
				масло растит	5	6	7
				рис	20	26	30
Гарнир комбинированный: рис отварной и пюре картофельное	100	130	150	м.сливочн	5	7	8
				молоко	8	10	11
				картофель	57	74	86
Кефир	200	200	200	кефир	200	200	200
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	хлеб ржано- пшеничный	20	35	40

1 неделя
4 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Суп гороховый	200	230	250	картофель	54	62	68
				горох	16	18	20
				морковь	11	13	14
				лук	9	10	11
				м.сливочное	4	5	5
Тефтели из судака	80	90	100	костный бульон	200	230	250
				судак	109	123	137
				хлеб пшен	11	12	13
				молоко	16	18	20
				лук	13	15	17
				масло сливочное	4	5	5
				м.растит	5	6	8
				мука	6	7	8
				молоко	10	12	12
				масло сливочное	1	1	1
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/25	100/30	120/30	картоф	20	27	32
				капуста	19	25	30
				сахар	1	1	1
				лук	5	7	7
				мука	1	1	1
				зеленый горошек	12	16	19
				кисель	24	24	24
Кисель с витамином С	200	200	200	сахар	10	10	10
				кислота лимонная	0,2	0,2	0,2
				Вит С порошок	0,07	0,07	0,07
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	хлеб ржано- пшеничный	20	35	40
Фрукты	200	200	200	яблоко	200	200	200

1 неделя
5 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Суп Харчо	200	230	250	рис	15	17	18
				лук	19	22	24
				м.сливочное	8	9	10
				зелень	8	9	10
				томат	6	7	8
				Соль йодир	1	1	1
Мясо тушеное (курица)	80	90	100	костный бульон	200	230	250
				курица	181	205	226
				томат	19	21	24
				лук	8	9	10
				м.слив	8	9	10
				м.растит	8	9	10
Гарнир: капуста тушеная	100	130	150	мука	6	7	8
				капуста	143	186	215
				м.растит	4	5	6
				сахар	3	4	5
				морковь	3	4	5
				лук	5	7	8
Сок натуральный	200	200	200	мука	1	1	1
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	томат	9	12	14
				Сок	200	200	200
				хлеб ржано- пшеничный	20	35	40

2 неделя
1 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Плов (курица)	150/50	180/50	200/50	курица	107	107	107
				рис	51	61	68
				лук	9	11	12
				морковь	14	17	19
				м.растит	8	10	11
				томат	16	19	21
Сузбеше	50	50	50	Сузбеше	50	50	50
Чай с медом	200	200	200	Чай	200	200	200
				мед	5	5	5
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40

2 неделя
2 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Салат витаминный	84	100	118	капуста	19	23	29
				морковь	19	23	29
				яблоко	19	23	29
				зелень	9	10	13
				лимон для сока	7	8	10
Зразы рубленные	80	90	100	м.растит	11	14	15
				говядина	60	68	76
				яйца	5	6	7
				масло растит	9	10	11
				петрушка	4	5	6
				сухари	7	8	9
				хлеб пшеничн	9	10	11
Гарнир: перловка	100	130	150	молоко	12	14	16
				Перловка	36	47	55
				масло сливочное	4	5	6
				сок	200	200	200
Фрукты	200	200	200	яблоко	200	200	200
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40

2 неделя

3 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Салат свекольный с сыром	84	100	118	свекла масло растительн сыр твердый	69 8 10	78 11 13	91 15 17
Мясо тушеное (курица)	80	90	100	мясо курицы лук мука томат масло растительное	181 8 6 19 8	205 9 7 21 9	226 10 8 24 10
Гарнир: капуста тушеная	100	130	150	капуста сахар морковь мука томат лук масло растит	143 3 3 1 9 5 4	186 4 4 1 12 7 5	215 5 5 1 14 8 6
Кисель с вит С	200	200	200	кисель сахар кислота лимонная Вит С порошок	4 7 0,2 0,01	4 8 0,2 0,01	4 9 0,2 0,01
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40

2 неделя
4 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Салат из моркови	84	100	118	морковь	78	89	108
				масло растительное	4	5	6
				сахар	6	8	10
Котлеты рыбные	80	90	100	судак	107	120	133
				хлеб пшен	15	17	19
				молоко	20	23	26
				масло растительное	11	12	13
				сухари	7	8	9
				молоко	10	12	12
Гарнир: овощи в молочном соусе	75/25	100/30	120/30	масло сливочное	1	1	1
				картофель	20	27	32
				капуста	19	25	30
				сахар	1	1	1
				морковь	19	25	30
				мука	1	1	1
				Зеленый горошек	12	16	19
Компот из с/фруктов с вит С	200	200	200	с/фрукты (шиповник)	45	45	45
				сахар	7	8	9
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40
Фрукты	200	200	200	яблоко	200	200	200

2 неделя
5 день

Наименование блюд	Выход блюд, г			Ингредиенты блюда	Брутто, г		
	6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет		6(7)-10лет	11-14лет	15-18лет
Салат из свежих овощей	84	100	118	капуста морковь масло растит	39 35 12	45 39 16	57 45 20
Куры отварные	80	90	100	курица лук	165 3	186 3	208 3
Гарнир: гречка рассыпчатая	100	130	150	гречка масло сливочное	48 4	62 5	71 6
Молоко	200	200	200	Молоко	200	200	200
Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40	Хлеб ржано- пшеничный	20	35	40