

Плановое меню двухнедельное



Сезон: Год
 Категория: Дети от 7 до 11 лет
 Диета: Все

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Стоимость
День 1		
Завтрак		
Без диет		
H000476 Бутерброд с маслом и с сыром	126	0,00
H000382 Кофейный напиток на молоке с печеньем	220	0,00
H000475 Каша рисовая молочная с маслом и сахаром	210	0,00
Итого	556	0,00
Обед		
Без диет		
H000002 Рыба припущенная (минтай)	90	0,00
0000019 Салат капустный	60	0,00
H000003 Картофельное пюре/подлива	200	0,00
H000001 Суп картофельный с крупой	200	0,00
H000005 Компот из сухофруктов	200	0,00
H000006 Хлеб пшеничный	80	0,00
Итого	830	0,00
Итого за день	1 386	0,00
День 2		
Завтрак		
Без диет		
K000209 Яйцо отварное	40	0,00
H000479 Каша молочная геркулес с маслом и сахаром	245	0,00
H000377 Чай с лимоном 1 вар.	200	0,00
H000017 Яблоки	155	0,00
H000478 Хлеб с маслом	110	0,00
Итого	750	0,00
Обед		
Без диет		
H000006 Хлеб пшеничный	80	0,00
H000007 Борщ со сметаной	210	0,00
H000008 Котлеты из индейки	90	0,00
H000009 Макароны отварные с подливой	195	0,00
H000377 Чай с лимоном	205	0,00
H000011 Салат свекольный	60	0,00
Итого	840	0,00
Итого за день	1 590	0,00
День 3		
Завтрак		
Без диет		
K000478 Бутерброд с маслом	115	0,00
K000209 Яйцо отварное	40	0,00
H000482 Каша манная молочная с маслом и сахаром	360	0,00
H000376 Чай с сахаром	200	0,00
H000485 Печенье	30	0,00
Итого	745	0,00
Обед		
Без диет		
H000006 Хлеб пшеничный	80	0,00
H000012 Суп картофельный с бобовыми	200	0,00
H000014 Салат морковный	60	0,00
H000013 Плов из говядины	200	0,00
H000005 Компот из сухофруктов	200	0,00

		Итого	740	0.00
		Итого за день	1 485	0.00
День 4				
Завтрак				
Без диет				
K000478 Хлеб с маслом		115		0,00
K000209 Яйцо отварное		40		0,00
H000377 Чай с лимоном 1 вар.		200		0,00
H000017 Яблоки		150		0,00
H000483 Каша гречневая молочная с маслом		210		0,00
		Итого	715	0.00
Обед				
Без диет				
H000017 Яблоки		150		0,00
H000006 Хлеб пшеничный		80		0,00
H000015 Картофельный суп с макаронными изделиями		200		0,00
H000011 Салат свекольный		60		0,00
H000016 Куры отварные/макаронны отварные/подлива		305		0,00
H000377 Чай с лимоном		205		0,00
		Итого	1 000	0.00
		Итого за день	1 715	0.00
День 5				
Завтрак				
Без диет				
H000478 Бутерброд с маслом		110		0,00
H000382 Какао с молоком и печеньем		234		0,00
H000475 Каша рисовая молочная с маслом и сахаром		210		0,00
		Итого	554	0.00
Обед				
Без диет				
H000006 Хлеб пшеничный		80		0,00
H000018 Суп фасолевый		200		0,00
H000019 Салат капустный		60		0,00
H000020 Мясо индейки тушенное/с подливой/гречка		260		0,00
H000005 Компот из сухофруктов		200		0,00
		Итого	800	0.00
		Итого за день	1 354	0.00
День 6				
Завтрак				
Без диет				
H000476 Бутерброд с маслом и с сыром		126		0,00
H000382 Кофейный напиток на молоке с печеньем		220		0,00
H000475 Каша рисовая молочная с маслом и сахаром		210		0,00
		Итого	556	0.00
Обед				
Без диет				
H000002 Рыба припущенная (минтай)		90		0,00
0000019 Салат капустный		60		0,00
H000003 Картофельное пюре/подлива		200		0,00
H000001 Суп картофельный с крупой		200		0,00
H000005 Компот из сухофруктов		200		0,00
H000006 Хлеб пшеничный		80		0,00
		Итого	830	0.00
		Итого за день	1 386	0.00
День 7				
Завтрак				
Без диет				
K000209 Яйцо отварное		40		0,00
H000479 Каша молочная геркулес с маслом и сахаром		245		0,00
H000377 Чай с лимоном 1 вар.		200		0,00
H000017 Яблоки		155		0,00
H000478 Хлеб с маслом		110		0,00
		Итого	750	0.00
Обед				

Н000006 Хлеб пшеничный		80	0,00
Н000007 Борщ со сметаной		210	0,00
Н000008 Котлеты из индейки		90	0,00
Н000009 Макароны отварные с подливой		195	0,00
Н000377 Чай с лимоном		205	0,00
Н000011 Салат свекольный		60	0,00
Итого		840	0.00
Итого за день		1 590	0.00
День 8			
Завтрак			
Без диет			
К000478 Бутерброд с маслом		115	0,00
К000209 Яйцо отварное		40	0,00
Н000482 Каша манная молочная с маслом и сахаром		360	0,00
Н000376 Чай с сахаром		200	0,00
Н000485 Печенье		30	0,00
Итого		745	0.00
Обед			
Без диет			
Н000006 Хлеб пшеничный		80	0,00
Н000012 Суп картофельный с бобовыми		200	0,00
Н000014 Салат морковный		60	0,00
Н000013 Плов из говядины		200	0,00
Н000005 Компот из сухофруктов		200	0,00
Итого		740	0.00
Итого за день		1 485	0.00
День 9			
Завтрак			
Без диет			
К000478 Хлеб с маслом		115	0,00
К000209 Яйцо отварное		40	0,00
Н000377 Чай с лимоном 1 вар.		200	0,00
Н000017 Яблоки		150	0,00
Н000483 Каша гречневая молочная с маслом		210	0,00
Итого		715	0.00
Обед			
Без диет			
Н000017 Яблоки		150	0,00
Н000006 Хлеб пшеничный		80	0,00
Н000015 Картофельный суп с макаронными изделиями		200	0,00
Н000011 Салат свекольный		60	0,00
Н000016 Куры отварные/макароны отварные/подлива		305	0,00
Н000377 Чай с лимоном		205	0,00
Итого		1 000	0.00
Итого за день		1 715	0.00
День 10			
Завтрак			
Без диет			
Н000478 Бутерброд с маслом		110	0,00
Н000382 Какао с молоком и печеньем		234	0,00
Н000475 Каша рисовая молочная с маслом и сахаром		210	0,00
Итого		554	0.00
Обед			
Без диет			
Н000006 Хлеб пшеничный		80	0,00
Н000018 Суп фасолевый		200	0,00
Н000019 Салат капустный		60	0,00
Н000020 Мясо индейки тушенное/с подливой/гречка		260	0,00
Н000005 Компот из сухофруктов		200	0,00
Итого		800	0.00
Итого за день		1 354	0.00
Итого за период			0.00