



4 – х недельное перспективное меню ЛЕТО-ОСЕНЬ
1-неделя

1-й день			
	6-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Наименования блюда	Выход	Выход	Выход
Гуляш говядина	55/20	55/20	80/20
Гарнир гречка	100	120	150
Чай с молоком	200	200	200
Мёд	10	10	10
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
2-й день			
Жаркое по-домашнему из птицы	200	200	250
Овощная нарезка	60	80	100
Кисель плодово-ягодная	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
3-й день			
Тефтели мясные духов.с соусом	60/20	60/20	100/20
Макароны	100	120	150
Компот	200	200	200
Сыр порциями	20	20	20
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
4-й день			
Суп рисовый из мяса птицы	200/35	200/35	230/35
Слив масло	20	20	20
Яблоко	100	100	100
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
Чай сладкий	200	200	200
5-й день			
Котлета мясная духов с соусом	60/20	60/20	100/20
Гарнир пюре картофельное	100	120	150
Сок фруктовый	200	200	200
Сузбеше	60	60	60
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40

2 неделя

1-й день			
	6-10 лет	11-14 лет	15-18лет
Наименования блюда	Выход	Выход	Выход
Плов говядина	150	200	250
Чай сладкий	200	200	200
Яблоко	100	100	100
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
2-й день			
Рагу из птицы	200	200	250
Овощная нарезка	60	80	100
Сыр порциями	20	20	20
Компот	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
3-й день			
Котлета мясная духов.с соусом	60/20	60/20	100/20
Гарнир пюре картофельное	100	120	150
Мёд	10	10	10
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
4-й день			
Суп вермишелевый из мяса птицы	200/35	200/35	230/35
Кисель плодова –ягодная	200	200	200
Салат из свежей капусты на масле растительном	60	80	100
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
5-й день			
Биточки мясные духов с соусом	60/20	60/20	60/20
Гарнир макароны	100	120	150
Сузбеше	60	60	60
Сок фруктовый	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40

3 неделя

1-й день			
	6-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Наименования блюда	Выход	Выход	Выход
Гуляш говядина	55/20	55/20	80/20
Гарнир гречка	100	120	150
Чай с лимоном	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
Яблоко	100	100	100
2-й день			
Котлета мясная духов с соусом	60/20	60/20	100/20
Гарнир пюре картофельн	100	120	150
Сок фруктовый	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
3-й день			
Рагу из птицы	200	200	100/20
Салат морковный с чесноком	60	80	100
Кондитерка	60	60	60
Кисель плодово-ягодная	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
4-й день			
Суп вермишелевый из мяса птицы	200/35	200/35	230/35
Слив масло	20	20	20
Компот	200	200	200
Мёд	10	10	10
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
5-й день			
Тефтели мясные духов с соусом	60/20	60/20	100/20
Гарнир макароны	100	120	150
Чай сладкий	200	200	200
Сыр порциями	20	20	20
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40

4 неделя

1-й день			
	6-10 лет	11-14 лет	15-18 лет
Наименования блюда	Выход	Выход	Выход
Плов говядина	150	200	250
Чай черный сладкий	200	200	200
Мёд	10	10	10
Овощная нарезка	60	80	100
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
2-й день			
Котлета мясная духов с соусом	60/20	60/20	100/20
Гарнир макароны	100	120	150
Салат из свежей капусты	60	80	100
Сок фруктовый	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
3-й день			
Жаркое по –домашнему из птицы	200	200	250
Кисель плодово-ягодная	200	200	200
Сыр порциями	20	20	20
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
4-й день			
Суп рисовый из мяса птицы	200/35	200/35	250/35
Яблоко	100	100	100
Слив масло	20	20	20
Компот	200	200	200
Хлеб пшеничный; ржаной	20	35	40
5-й день			
Биточки мясные духов с соусом	60/20	60/20	100/20
Гарнир пюре картофельное	100	120	150