

**План-меню для питания детей и подростков
в оздоровительных учреждениях с дневным
пребыванием детей**

1 июня 2015 год

Понедельник

	Завтрак	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э
124	Макароны, запеченные с сыром	100/3	10-09	6,2	8,05	31,09	222,02
294	Чай с/с с лимоном	200	5-29	0,07	0,01	15,31	61,62
	Хлеб пшеничный	1/30	1-00	3	0,3	20,07	94,8
	Язычок слоеный	50	10-00	3,18	0,79	22,65	110,43
	Обед						
45	Суп картофельный с горохом с гренками	250/10	10-39	3,81	4,03	23,2	144,29
210	Курица в соусе томатном	50/35	37-15	11,43	12,56	6,15	189,38
224	Рис отварной	100	6-17	2,59	3,39	26,85	150,12
280	Компот из кураги с вит С	200	8-03	0,33	-	22,66	91,98
	Хлеб пшеничный	2/30	2-00	6,	0,6	40,14	189,6
	Сок пак	200	20-00				
	Шоколадный батончик			3,3	15,85	28,8	271
							1362,4
							7

ИТОГО:

**План-меню для питания детей и подростков
в оздоровительных учреждениях с дневным
пребыванием детей
2 июня 2015 год
Вторник**

	Завтрак	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э
141	Запеканка творожная со сг молоком	130/20	32-25	30,66	15,28	40,3	421,36
300	Чай с/с	200	3-05	0,12	-	12,04	48,64
	Кольцо песочное с орехами	48	9-00				470
	Обед						
68	Рассольник «Ленинградский» со сметаной с тушеной говядиной	250	25-99	6,86	8,13	18,81	174,43
205	Сосиска отварная	70	26-64	34,5	41,62	5,44	534,29
265	Соус томатный	30	1-52	0,32	2,2	3,14	33,69
241	Картофельное пюре	150	15-96	3,19	6,06	23,3	160,46
	Компот из свежих яблок с вит С	200	8-23	0,16	-	14,99	60,64
282	Хлеб пшеничный	2/30	2-40	6	0,6	40,14	189,6
	Фрукты свежие	200					
	Сок пак	200	20-00	0,6	0,4	32,4	139,8
							1358,9
							4

ИТОГО:

**План-меню для питания детей и подростков
в оздоровительных учреждениях с дневным
пребыванием детей
3 июня 2015 год
Среда**

	Завтрак	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э
104	Каша гречневая вязкая на молоке с /м	150/5	9-83	7,94	8,21	35,1 3	246,13
296	Чай с молоком	200	5-71	1,4	1,6	17,3 4	89,32
	Хлеб	10/30	<i>1-20</i>	3,28	7,95	22,7 5	175,67
	Обед						
37	Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	11-82	2,09	69,33	10,6 4	107,83
394	Жаркое по-домашнему	150	37-84	21,68	24,21	6,74	331,53
	Овощная подгарнировка	30	7-50				
773	Напиток из шиповника	200	8-80	0,2	0,4	36,	148,4
	Хлеб пшеничный	2/30	2-40	6,	0,6	40,1 4	189,6
	Фрукты свежие	200		0,8	0,8	19,6	94,
	Сок пак	200	20-00	6	6,4	9,4	120

ИТОГО:

**План-меню для питания детей и подростков
в оздоровительных учреждениях с дневным
пребыванием детей
4 июня 2015 год
Четверг.**

	Завтрак	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э
112	Каша пшенная молочная с/м	150/5	8-38	6,04	7,27	34,29	227,16
286	Кофейный напиток с молоком	200	7-90	2,79	3,19	19,71	118,69
	Хлеб пшеничный	1/30	1-20	3,26	0,79	36,25	165,15
							511
	Обед						
59	Суп-пюре из разных овощей с гренками	250/10	11-68	4,07	5,14	20,26	146,32
167	Рыба, запеченная в сметанном соусе с макаронными изделиями	215	68-55	21,6	18,86	7,85	461,23
тгк	Компот «Школьный»	200	3-57	0,45	0,83	17,05	77,52
	Хлеб пшеничный	2/30	2-40	6,	0,6	40,14	189,6
	Фрукты свежие	200		0,8	0,8	19,6	94,
	Молоко пак	200	25-00				
	Рожок слоеный	70	12-00				
							1244

ИТОГО:

**План-меню для питания детей и подростков
в оздоровительных учреждениях с дневным
пребыванием детей
5 июня 2015 год
Пятница.**

	Завтрак	Выход	Цена	Б	Ж	У	Э
132	Омлет натуральный с/м	105/5	18-93	11,64	18,04	3,04	221,08
269	Какао с молоком	200	9-90	3,77	3,93	25,95	153,92
	Хлеб	1/30	1-20	3,	0,3	20,	7
	Обед						
63	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной	250	12-61	3,23	9,78	11,4	142,94
416	Шницель из говядины	75	40-55				
219	Каша гречневая рассыпчатая	100	7-47	0,11	-	21,07	84,69
256	Соус томатный	30	1-52	0,32	2,2	3,14	33,69
280	Компот из кураги с вит С	200	8-03	0,33	-	22,66	91,98
	Хлеб пшеничный	2/30	2-40	6	0,6	40,14	189,6
	Фрукты свежие	200		0,8	0,8	19,6	94,
	Сок нат пак	200	20-00	6,	6,4	9,4	120
							1183,4

ИТОГО: