План – меню 1 неделя														
Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Завтрак														
Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7	Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7	Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7	Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7	Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7
Каша манная молочная	130	150	Каша рисовая молочная	130	150	Каша пшенная	130	150	Овощи свежие или соленые	40	60	Каша геркулесовая	130	150
Чай с молоком	150	180	Какао с молоком	150	180	Кофейный напиток	150	180	Омлет	80	100	Кофейный напиток	150	180
Хлеб пшеничный	30	36	Хлеб пшеничный	30	36	Хлеб пшеничный	30	36	Чай с сахаром	180	200	Хлеб пшеничный	30	36
Масло сливочное	5	7	Масло сливочное	5	7	Сыр	7	11	Хлеб ржаной	25	30	Сыр	7	11
									Хлеб пшеничный	30	36			
2 завтрак														
Сок	150	150	фрукт	100	100	сок	150	150	фрукт	100	100	сок	150	150
Обед														
Овощи свежие или соленые	40	60	Овощи свежие или соленые	40	60	Овощи свежие или соленые	40	60	Овощи свежие или соленые	40	60	Овощи свежие или соленые	40	60
Суп – лапша с курицей	150/10	200/15	Борщ с мясом и сметаной	150/9/7	200/11/10	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150/20	200/30	Рассольник со сметаной	150/7	200/10	Щи с мясом и сметаной	150/9/7	200/11/10
Котлеты рубленные из птицы	60	80	Биточки из говядины	60	80	Рыба, тушеная в томате с овощами	60/30	80/40	Тефтели из говядины (ежики)	60	80	Печень по - строгановски	60/30	80/40
Рагу из овощей	110	130	Соус красный	35	50	Пюре картофельное	120	150	Капуста тушеная	110	130	Макароны отварные	110	130
Компот из сухофруктов	150	180	Каша гречневая	110	130	Компот из свежих фруктов	150	180	Компот из сухофруктов	150	180	Компот из свежих фруктов	150	180
Хлеб ржаной	25	30	Компот из изюма	150	180	Хлеб ржаной	25	30	Хлеб ржаной	25	30	Хлеб ржаной	25	30
			Хлеб ржаной	25	30							Хлеб пшеничный	30	36
Полдник														
Запеканка из творога	80	100	Омлет	80	100	Булочка Плюшка	50	70	Запеканка творожная со сгущ.. молоком	100/20	120/30	Оладьи дрожжевые	80	100
Кофейный напиток	150	180	Чай с лимоном	150	180	Снежок	150	180	Кисель	150	180	Ряженка	150	180
Хлеб пшеничный	30	36	Хлеб ржаной	25	30				Хлеб пшеничный	30	36			
			Кондитерское изделие	30	50									

План – меню 2 неделя														
Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница130		
Завтрак														
Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7	Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7	Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7	Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7	Наименование блюда	Выход 1 - 3	Выход 3 - 7
Каша ячневая молочная	130	150	Каша манная молочная	130	150	Овощи свежие или соленые	40	60	Каша геркулесовая	130	150	Каша рисовая молочная	130	150
Чай с молоком	150	180	Кофейный напиток	150	180	Омлет	80	100	Какао с молоком	150	180	Кофейный напиток	150	180
Хлеб пшеничный	30	36	Хлеб пшеничный	30	36	Хлеб пшеничный	30	36	Хлеб пшеничный	30	36	Хлеб пшеничный	30	36
Масло сливочное	5	7	Масло сливочное	5	7	Сыр	7	11	Масло сливочное	5	7	Сыр	7	11
						Чай с молоком	150	180						
2 завтрак														
фрукт	100	100	сок	150	180	фрукт	100	100	сок	150	180	фрукт	100	100
Обед														
Овощи свежие или соленые	40	60	Овощи свежие или соленые	40	60	Овощи свежие или соленые	40	60	Овощи свежие или соленые	40	60	Овощи свежие или соленые	40	60
Щи со сметаной	150/7	200/10	Суп молочный	150	200	Суп картофельный с клецками	150	200	Борщ с мясом и сметаной	150/9/7	200/11/ 10	Суп гороховый с гренками	150/11	200/16
Плов из птицы	180	200	Гуляш из говядины	60/30	80/40	Котлета рыбная	60	80	Оладьи из печени по - кунцевски	60	80	Жаркое по - домашнему	180	200
Хлеб ржаной	25	30	Хлеб ржаной	25	30	Пюре картофельное	120	150	Макароны отварные	110	130	Компот из изюма	150	180
Компот из сухофруктов	150	180	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	Компот из свежих фруктов	150	180	Компот из цитрусовых	150	180	Хлеб ржаной	25	30
			Кисель	150	180	Хлеб ржаной	25	30	Хлеб ржаной	25	30			
Полдник														
Фрикаделька рыбная	60	80	Оладьи дрожжевые	80	100	Сырники из творога со сгущенкой	80/10	100/20	Булочка «Молочная»	100/20	120/30	Запеканка творожная с яблоком	80	100
Пюре картофельное	110	130	Молоко	150	180	Йогурт	150	180	Чай с лимоном	150	180	Чай с сахаром	150	180
Хлеб ржаной	30	36										Кондитерское изделие	30	50
Кисель	150	180												