12-дневное меню для организации питания детей в возрастных группах 12 лет и старше (ОВЗ) 01.09.2023г.

ОБЕД		
1 день (понедельник)		
№102 Суп гороховый (250г)	№322 Котлеты куриные (100/50г)	№21 Салат из белокочанной капусты с морковью - (100г)
горох -20г	филе куриное-80г	морковь-12г
картофель - 46г	хлеб-19г	капуста -107г
морковь -10г	соль-0,7г	раст.масло-2г.
соль-1,3г	раст.масло-0,5г	соль-0,4г
зелень -0,5г	яйцо-3г	
раст.масло-3г	сухари пониров.-8г	
лук - 7г	морковь - 10г	№376 Чай с сахаром - (200г)
сметана - 5г	вода - 12г	чай - 0,5г
вода - 175г	соус (50г) -томат -3г,мука-4г,соль-0,2г	сахар - 15г
	масло раст. - 1,5г,лук-3г,вода - 50г	
	№128 Пюре картофельное (180г)	
	картофель-220г	
Хлеб пшеничный -30г	молоко-30г	
Хлеб ржаной - 30г	соль-1г	

2 день (вторник)

№82 Рассольник ленинградский-(250г)	№304 Тефтели мясные с соусом - (100/50г)	№52 Салат из свеклы отварной с изюмом - (100г)
крупa перловая-12г	мясо-67г	свекла - 120г
картофель-46г	рис -12г,вода -16г	раст.масло -2г
морковь-10г.	лук - 10г	изюм - 5г
лук-7г	яйцо -3г	
срленные огурцы -15г	соль -0,7г	
раст.масло -3г	морковь -10г	
соль-1,3г	вода - 12г	
сметана - 5г	соус (50г) -томат -3г,мука-4г,соль-0,2г	
зелень - 0,5г, вода - 180г	масло раст. - 1,5г,лук-3г,вода - 50г	
	№203 Макароны отварные (180г)	№342 Компот из свежих плодов (200г)
	вермишель - 63г	яблоки -20г
	соль-1г	сахар-15г
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		

3 день (среда)		
№82 Борщ с капустой и картофелем (250г)	№245 Бефстроганов из говядины- (100 г)	№342 Компот из свежих плодов (200г)
капуста-25г	мясо говяжье (б/к)-80г	яблоки -20г
картофель-30г	морковь-3г	сахар-15г
соль-1,3г	сметана-10	
зелень-0,5г	мука-4г	
свекла - 40г	соль - 0,7г	
морковь -10г	лук-3г	
томат паста - 5г	вода-50г	
масло раст. - 3г	раст.масло-1,5г	
лук - 8г		
сметана - 5г	№303 Каша пшенная вязкая -(180г)	№42 Салат из моркови - (100г)
	крупа пшенная -45г	морковь -120г
	соль-1г	масло раст. - 2г
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		

4 день (четверг)		
№111 Суп с макаронными изделиями (250г)	№272 Котлеты рыбные любительские с соусом - (100/50г)	№21 Салат из белокочанной капусты(100г)
	рыба (минтай)-85г	морковь-12г
	морковь-15г	капуста -107г
вермишель - 20г	хлеб-17г	раст.масло-2г.
морковь - 10г	лук-8г	соль-0,4г
раст.масло -3г	яйцо-3г	
соль - 1,3г	раст.масло-0,5г	
лук -7г	сухари пониров -8г	
томат -3г	соль-0,7г	
сметана -5г.	вода -10г	
зелень - 0,5г	соус (50г) -томат -3г,мука-4г,соль-0,2г	
	масло раст. - 1,5г,лук-3г,вода - 50г	
		№376 Чай с сахаром - (200г)
	№179 Каша гречневая рассыпчатая (180г)	чай - 0,5г
		сахар - 15г
	крупа гречневая - 85г	
Хлеб пшеничный -30г	соль-0,5г.	
Хлеб ржаной - 30г		

7 день (понедельник)		
№101 Суп картофельный с крупой (250г)	№304 Тефтели мясные - (100г)	№45 Салат из белокочанной капусты с маслом - (100г)
пшено -10г	мясо-67г	морковь-12г
картофель - 100г	рис-12г, вода -16г	капуста -107г
морковь -10г	лук - 10г	раст.масло-2г.
соль-1,3г	соль -0,7г	соль-0,4г
зелень -0,5г	яйцо-3г,	
раст.масло-3г	морковь -10г	
сметана - 5г	соус (50г) -томат -3г, мука-4г, соль-0,2г	
лук - 7г	масло раст. - 1,5г, лук-3г, вода -50г	
томат-3г		
	№179 Каша гречневая рассыпчатая (180г)	№342 Компот из яблок - (200г)
		яблоки свежие - 20г
	крупы - 85г	сахар-15г
	соль-1г.	
Хлеб пшеничный -30г		
Хлеб ржаной - 30г		

9 день (среда)		
№82 Борщ с капустой и картофелем (250г)	№319 Птица тушенная в соусе с овощами (200г)	№42 Салат из моркови с маслом - (100г)
капуста-25г	филе куриное - 80г	морковь -120г
картофель-30г	картофель - 135г	масло раст.-2г
соль-1,3г	соль-2г	
зелень-0,5г	раст.масло -4г	
свекла - 40г	морковь -20г	
морковь -10г	лук - 10г	
томат паста - 5г	мука-2г	
масло раст. - 3г	томат паста - 4г	
лук - 8г		№342 Компот из свежих яблок (200г)
сметана - 5г		яблоки свежие - 20г
вода - 200г		сахар -15г
Хлеб ржаной - 30г		
Хлеб пшеничный -30г		

10 день (четверг)		
№102 Суп гороховый (250г)	№272 Котлеты рыбные любительские с соусом - (100/50г)	№45 Салат из белокочанной капусты(100г)
горох -20г	рыба (минтай)-85г	морковь-12г
картофель - 46г	морковь-15г	капуста -107г
морковь -10г	хлеб-17г	раст.масло-2г.
соль-1,3г	лук-8г	соль-0,4г
зелень -0,5г	яйцо-3г	
раст.масло-3г	раст.масло-0,5г	
лук - 7г	сухари пониров -8г	
сметана - 5г	соль-0,7г	
вода - 195г	вода -10г	№376 Чай с сахаром - (200г)
	соус (50г) -томат -3г,мука-4г,соль-0,2г	чай - 0,5г
	масло раст. - 1,5г,лук-3г,вода - 50г	сахар-15г
	№128 Пюре картофельное - (180г)	
Хлеб пшеничный -30г	картофель-220г	
Хлеб ржаной - 30г	молоко-30г	
	соль-1г	

11 день (пятница)		
№82 Рассольник ленинградский -(250г)	№322 Котлеты куриные с соусом - (100/50г)	№ 34 Салат из свеклы отварной с маслом - (100г)
крупя перловая-12г	филе куриное-80г	свекла - 120г
картофель-46г	хлеб-19г	раст.масло -2г
морковь-10г.	соль-0,7г	
лук-7г	раст.масло-0,5г	
срленные огурцы -15г	яйцо-3г,вода -10г,	№342Компот из свежих яблок
раст.масло -3г	сухари пониров.-8г	(200г)
соль-1,3г	морковь - 10г	яблоки свежие - 20г
сметана - 5г	соус (50г) -томат -3г,мука-4г,соль-0,2г	сахар -15г
зелень - 0,5г	масло раст. - 1,5г,лук-3г,вода - 50г	
вода - 180г		
	№179 Каша рисовая рассыпчатая -(180г)	
	с соусом - (180г)	
	крупя рисовая -64г	
Хлеб пшеничный -30г	соль - 1г	
Хлеб ржаной - 30г		