



УТВЕРЖДАЮ:

Дибиргаджиева А.М./

**Плановое меню  
двухнедельное**

Сезон: **Январь 2025 г.**  
Категория: **Дети от 7 до 11 лет**  
Диета: **Все**

Наименование блюда	Выход блюда (г)	Стоимость
<b>День 1</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
Н000292 Курица, тушенная в соусе с овощами	90	30,21
Н000302 Каша рассыпчатая (ячневая)	150	9,19
Н000067 Винегрет овощной	60	5,85
Н000389 Сок фруктовый	200	18,00
Н000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
Н000384 Яблоко	100	9,04
Итого	650	75,64
Итого за день	650	75,64
<b>День 2</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
Н000025 Мясо тушеное (говядина)	90	41,83
Н000312 Пюре картофельное	105	12,75
Н000062 Салат из тертой моркови	60	3,68
Н000349 Компот из смеси сухофруктов	200	4,99
Н000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
Н000384 Яблоко	100	9,04
Итого	605	75,64
Итого за день	605	75,64
<b>День 3</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
Н000112 Суп с макаронными изделиями и картофелем	250	7,02
Н000268 Котлеты из говядины	90	35,48
Н000302 Каша рассыпчатая (гречневая)	150	9,91
Н000067 Винегрет овощной	60	5,85
Н000349 Компот из смеси сухофруктов	200	4,99
Н000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
Н000384 Яблоко	100	9,04
Итого	900	75,64
Итого за день	900	75,64
<b>День 4</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
Н000291 Плов из курицы	150	16,11
Н000045 Салат из капусты с горошком	60	7,24
Н000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
Н000389 Сок фруктовый	200	18,00
Н000338 Бананы	100	25,74
Н000046 Пряник	40	5,20
Итого	600	75,64
Итого за день	600	75,64
<b>День 5</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
Н000268 Котлеты из говядины	90	35,53
Н000309 Макароны изделия отварные с маслом	150	10,45
Н000045 Салат из капусты с кукурузой	60	7,48
Н000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
Н000349 Компот из смеси сухофруктов	200	4,99

N000384 Яблоко	100	9,04
N000390 Печенье	30	4,80
Итого	680	75,64
Итого за день	680	75,64
<b>День 6</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
N000120 Суп молочный с макаронными изделиями	250	22,17
N000382 Какао с молоком	200	18,42
N000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
N000014 Масло (порциями)	10	11,11
N000015 Сыр (порциями)	20	11,55
N000384 Яблоко	100	9,04
Итого	630	75,64
Итого за день	630	75,64
<b>День 7</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
N000265 Плов из говядины	150	47,22
N000067 Винегрет овощной	60	5,85
N000349 Компот из смеси сухофруктов	200	4,99
N000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
N000384 Яблоко	100	9,04
N000046 Пряник	40	5,20
Итого	600	75,64
Итого за день	600	75,64
<b>День 8</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
N000292 Курица, тушенная в соусе с овощами	90	14,96
N000302 Каша рассыпчатая (гречневая)	150	9,91
N000062 Салат из тертой моркови	60	3,68
N000389 Сок фруктовый	200	18,00
N000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
N000338 Бананы	100	25,74
Итого	650	75,64
Итого за день	650	75,64
<b>День 9</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
N000268 Котлеты из говядины	90	35,53
N000309 Макароны изделия отварные с маслом	150	10,45
N000045 Салат из капусты с кукурузой	60	7,48
N000349 Компот из смеси сухофруктов	200	4,99
N000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
N000384 Яблоко	100	9,04
N000390 Печенье	30	4,80
Итого	680	75,64
Итого за день	680	75,64
<b>День 10</b>		
<b>Завтрак</b>		
Без диет		
N000174 Каша вязкая молочная из риса (с маслом и сахаром)	150	14,83
N000382 Какао с молоком	200	18,42
N000383 Хлеб пшеничный	50	3,35
N000014 Масло (порциями)	10	1,74
N000015 Сыр (порциями)	20	11,55
N000338 Бананы	100	25,74
Итого	530	75,64
Итого за день	530	75,64
Итого за период		756,40