

**НЕДЕЛЬНЫЙ  
ПЛАН-МЕНЮ**

С 29 марта по 02 апреля 2021 года .

ПОНЕДЕЛЬНИК			ВТОРНИК			СРЕДА			ЧЕТВЕРГ			ПЯТНИЦА			
ЗАВТРАК для детей льготной категории (дети с ОВЗ)															
выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность
200	268,0	Каша пшеничная молочная 18-50	200	242	Каша рисовая молочная жидкая 18-50	100	145,5	Омлет натуральный 20-00	50	65,0	Котлета куриная 20-00	105	375	Запеканка из tvor. со стуч.молоком 37-50	
13	47,32	Сыр 7-50	200	50	Чай с лимоном 3-50	8	60	Масло сливочное 4-50	150	256,5	Каша гречневая с маслом 18-00	200	48,0	Чай с сахаром 2-00	
35	78,77	Хлеб пшеничный 1-50				35	78,77	Хлеб пшеничный 1-50	35	78,77	Хлеб пшеничный 1-50				
200	157,00	Какао с молоком 15-00	40	162,72	Булочка домашняя 10-00	200	48,0	Чай с сахаром 2-00	200	140	Сок фруктовый 18-00				
40	161,98	Печенье песочное 8-00	200	192	Банан 30-00	40	161,98	Вафли 8-00							
итого	713,07	50-50		646,72	62-00		494,25	36-00		540,27			423	39-50	

ОБЕД для детей льготной категории (дети с ОВЗ)															
выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность	выход	Калорийность
235 / 15	126,0	Щи из свежей капусты со сметаной , с мясом 24-50	235 / 15	140	Борщ из свежей капусты со сметаной , с мясом 25-50	235 / 15	179	Рассолник ленинградский со сметаной , с мясом 27-50	235 / 15	130	Суп картофельный с клецками , с мясом 21-50	235 / 15	163,0	Суп картофельный с крутой с мясом птицы 17-00	
80	81,6	Поджарка из рыбы 36-00	150	225,6	Плов с мясом 43-50	150	137	Бигус 41-00	100	118,33	Котлеты рыбные 37-50	50	129,5	Котлета из говядины 27-00	
100	106,50	Пюре картофельное 9-50	200	48,0	Чай с сахаром 2-00	200	48	Чай с сахаром 2-00	180	191,7	Пюре картофельное 16-50	150	109,0	Капуста тушеная 19-00	
200	48,0	Чай с сахаром 2-00	50	110,95	Хлеб пшеничный , ржаной 2-50	50	110,95	Хлеб пшеничный , ржаной 2-50	200	48,0	Чай с сахаром 2-00	200	48,0	Чай с сахаром 2-00	
50	110,95	Хлеб пшеничный , ржаной 2-50				50	110,95	Хлеб пшеничный , ржаной 2-50	50	110,95	Хлеб пшеничный , ржаной 2-50	50	110,95	Хлеб пшеничный , ржаной 2-50	
итого	473,06	74-50		524,55	73-50		474,96	73-00		598,98			560,45	67-50	

Технолог О.П. Кириллова О.В./

Утверждаю  
Директор МКОУ «НОШ №1»  
ЗАГО П. Солнечный  
Е.П. Фоменко



Утверждаю  
 Директор МКФУ «НОШ №1»  
 ЗАУО п. Солнечный  
 Е.П. Фоменко



НЕДЕЛЬНЫЙ  
 ПЛАН-МЕНЮ

С 29 марта по 02 апреля 2021 года.

ПОНЕДЕЛЬНИК		ВТОРНИК		СРЕДА		ЧЕТВЕРГ		ПЯТНИЦА	
выход	калорийность	выход	калорийность	выход	калорийность	выход	калорийность	выход	калорийность
200	268,0	200	242	100	145,5	50	65,0	105,20	375
Каша пшеничная молочная жидкая 18-50		Капша рисовая молочная жидкая 18-50		Омлет натуральный 20-00		Котлета куриная 20-00		Зелеканка из творога со стущ.молоком 37-50	
13	47,32	200	50	8	60	150	256,5	200	48,0
Сыр 7-50		Чай с лимоном 3-50		Масло сливочное 4-50		Каша гречневая с маслом 18-00		Чай с сахаром 2-00	
35	78,77			35	78,77	35	78,77	170	163,22
Хлеб пшеничный 1-50				Хлеб пшеничный 1-50		Хлеб пшеничный 1-50		Яблоко 25-50	
200	157,00	40	162,72	200	48,0	200	140		
Какао с молоком 15-00		Булочка домашняя 10-00		Чай с сахаром 2-00		Сок фруктовый 18-00			
40	161,98	200	192	125	73,75				
Печенье песочное 8-00		Банан 30-00		Йогурт молочный 28-00					
ИТОГО	713,07	50-50	646,72		406,02		540,27		586,22
					56-00		57-50		65-00

ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
выход	калорийность	выход	калорийность	выход	калорийность	выход	калорийность	выход	калорийность
15	11,7	20	2,6	10	4,0	15	22,2	20	2,6
Икра кабачковая 3-00		Икра баклажанная 3-50		Горошек зеленый 3-00		Икра баклажанная 3-50		Помидоры свежие 4-00	
235 / 15	126,0	235 / 15	140	235 / 15	179	235 / 15	130	235 / 15	163
Щи из свежей капусты со сметаной, с мясом 24-50		Борщ из свежей капусты со сметаной, с мясом 25-50		Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом 27-50		Суп картофельный с клецками, с мясом 21-50		Суп картофельный с крупной с мясом птицы 17-00	
110	112,2	150	225,6	150	137	50	59,17	50	129,5
Поджарка из рыбы 49-50		Плов с мясом 47-50		Бигус 41-00		Котлеты рыбные 19-00		Котлета из говядины 27-00	
100	106,5	200	48	200	48	150	159,75	150	109,0
Пюре картофельное 9-50		Чай с сахаром 2-00		Чай с сахаром 2-00		Картофельное пюре 14-00		Калуста тушеная 19-00	
200	48,0	50	110,95	50	110,95	200	48,0	200	48,00
Чай с сахаром 2-00		Хлеб пшеничный, ржаной 2-50		Хлеб пшеничный, ржаной 2-50		Чай с сахаром 2-00		Чай с сахаром 2-00	
50	110,95					50	110,95	50	110,95
Хлеб пшеничный, ржаной 2-50						Хлеб пшеничный, ржаной 2-50		Хлеб пшеничный, ржаной 2-50	
ИТОГО	515,35	91-00	527,15		478,96		530,07		563,05
					76-00		62-50		71-50

Технолог О.П. Кириллова О.В./