

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М.

Недельное меню

понедельник

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Завтрак		
ОВД18,	Каша геркулесовая вязкая 200 гр.	200
ОВД11,	Каша геркулесовая вязкая 150	150
ОВД11, ОВД18,	Кофейный напиток 180	180
ОВД18,	бутерброд с маслом 50/20 с11-17	70
ОВД11,	бутерброд с маслом 30/20 с7- 10	50
ОВД11, ОВД18,	Фрукты свежие 140г	140
Обед		
ОВД11,	Салат из свеклы отварной с растительным маслом 60	60
ОВД18,	Салат из свеклы отварной с растительным маслом 100	100
ОВД18,	Суп крестьянский с крупой 250/10	250
ОВД11,	Суп крестьянский с крупой 200/10	200
ОВД18,	Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 240	240
ОВД11,	Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 200	200
ОВД11, ОВД18,	Компот из смеси сухофруктов 200	200
ОВД11, ОВД18,	Хлеб пшеничный 50г	50
ОВД11,	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40
ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

12.12.2022

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М

Недельное меню

понедельник

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Обед		
ОВД11,	Салат из свеклы отварной с растительным маслом 60	60
ОВД18,	Салат из свеклы отварной с растительным маслом 100	100
ОВД18,	Суп крестьянский с крупой 250/10	250
ОВД11,	Суп крестьянский с крупой 200/10	200
ОВД18,	Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 240	240
ОВД11,	Рагу из отварной птицы с овощами тушеное 200	200
ОВД11,ОВД18,	Компот из смеси сухофруктов 200	200
ОВД11,ОВД18,	Хлеб пшеничный 50г	50
ОВД11,	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40
ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60
Полдник		
ОВД11,ОВД18,	Фрукты свежие 140г	140
ОВД11,ОВД18,	Пудинг творожный запеченный 180 гр	180
ОВД11,ОВД18,	Какао с сахаром 200мл	200
ОВД11,ОВД18,	Варенье 20гр.	20

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М.

Недельное меню

вторник

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Завтрак		
ОВД18,	Суп молочный с геркулесом 280гр.	280
ОВД11,	Суп молочный с геркулесом 230гр.	230
ОВД11, ОВД18,	Сыр порционный 20гр.	20
ОВД11, ОВД18,	Хлеб пшеничный 50гр.	50
ОВД11, ОВД18,	Чай с молоком 200	200
Обед		
ОВД11, ОВД18,	Сок фруктовый 180мл.	180
ОВД18,	Салат картофельный с огурцами солеными 100гр.	100
ОВД11,	Салат картофельный с огурцами солеными 60гр.	60
ОВД18,	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250гр.	250
ОВД11,	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200гр.	200
ОВД18,	Котлета куриная паровая	100
ОВД11,	Котлета куриная паровая 90	90
ОВД11, ОВД,	Макаронные изделия отварные 150 гр.	150
ОВД18,	Макаронные изделия отварные 180 г.	180
ОВД11, ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 30 г	30
ОВД11, ОВД18,	Хлеб пшеничный 50г	50

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М.

Недельное меню

вторник

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Обед		
ОВД11, ОВД18,	Сок фруктовый 180мл.	180
ОВД11,	Салат картофельный с огурцами солеными 60гр.	60
ОВД18,	Салат картофельный с огурцами солеными 100гр.	100
ОВД18,	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 250гр.	250
ОВД11,	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 200гр.	200
ОВД18,	Котлета куриная паровая	100
ОВД11,	Котлета куриная паровая 90	90
ОВД11,	Макаронные изделия отварные 150 гр.	150
ОВД18,	Макаронные изделия отварные 180 г.	180
ОВД11, ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 30 г	30
ОВД11, ОВД18,	Хлеб пшеничный 50г	50
Полдник		
ОВД11, ОВД18,	Чай с молоком 200	200
ОВД11, ОВД18,	Пудинг манный 200	200
ОВД11, ОВД18,	Джем.	30

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М.

Недельное меню

среда

Диета	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Завтрак		
ОВД18,	Каша манная молочная жидкая 200	200
ОВД11,	Каша манная молочная жидкая 150	150
ОВД18,	бутерброд с маслом 50/20 с41-47	70
ОВД11,	бутерброд с маслом 30/20 с7- 10	50
ОВД11,ОВД18,	Какао с молоком 180	180
ОВД11,ОВД18,	Фрукты свежие 140г	140
Обед		
ОВД18,	Салат из свежей моркови с маслом растительным*100	100
ОВД11,	Салат из свежей моркови с маслом растительным*	60
ОВД18,	Суп гороховый со сметаной 250гр.	250
ОВД11,	Суп гороховый со сметаной 200гр.	200
ОВД11,	Плов из отварной птицы 50/150	200
ОВД18,	Плов из отварной птицы 50/170	220
ОВД11,ОВД18,	Чай с вареньем 180	180
ОВД11,ОВД18,	Хлеб пшеничный 50	50
ОВД11,	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40
ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

14.12.2022

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М

Недельное меню

среда МБОУ

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Обед		
ОВД18,	Салат из свежей моркови с маслом растительным*100	100
ОВД11,	Салат из свежей моркови с маслом растительным*	60
ОВД18,	Суп гороховый со сметаной 250гр.	250
ОВД11,	Суп гороховый со сметаной 200гр.	200
ОВД11,	Плов из отварной птицы 50/150	200
ОВД11,ОВД18,	Плов из отварной птицы 50/170	220
ОВД11,ОВД18,	Чай с вареньем 180	180
ОВД11,ОВД18,	Хлеб пшеничный 50	50
ОВД11,	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40
ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60
Полдник		
ОВД11,ОВД18,	Фрукты свежие 140г	140
ОВД11,ОВД18,	Шанежка с картофелем 100гр.	100
ОВД11,ОВД18,	компот*	200

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М

Недельное меню

четверг

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Завтрак		
ОВД18,	Суп молочный с макаронными изделиями 250гр.	250
ОВД11,	Суп молочный с макаронными изделиями 200гр.	200
ОВД11,ОВД18,	Масло сливочное 20 гр.	20
ОВД11,ОВД18,	Чай с молоком 200	200
ОВД11,ОВД18,	Хлеб пшеничный 50гр.	50
ОВД11,ОВД18,	Яйцо варёное.	40
Обед		
ОВД18,	Салат из свежей капусты с морковью 100г	100
ОВД11,	Салат из свежей капусты с морковью 60г	60
ОВД11,ОВД18,	Сок фруктовый 180мл.	180
ОВД18,	Рассольник Ленинградский со сметаной 250	250
ОВД11,	Рассольник Ленинградский со сметаной 200	200
ОВД11,ОВД18,	Рыба отварная	100
ОВД18,	Рис отварной 180 гр.	180
ОВД11,	Рис отварной 150 гр.	150
ОВД11,	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40
ОВД11,ОВД18,	Хлеб пшеничный 50г	50
ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М

Недельное меню

четверг

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Обед		
ОВД18,	Салат из свежей капусты с морковью 100г	100
ОВД11,	Салат из свежей капусты с морковью 60г	60
ОВД11,ОВД18,	Сок фруктовый 180мл.	180
ОВД18,	Рассольник Ленинградский со сметаной 250	250
ОВД11,	Рассольник Ленинградский со сметаной 200	200
ОВД11,ОВД18,	Рыба отварная	100
ОВД11,	Рис отварной 150 гр.	150
ОВД18,	Рис отварной 180 гр.	180
ОВД11,	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40
ОВД11,ОВД18,	Хлеб пшеничный 50г	50
ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60
Полдник		
ОВД11,ОВД18,	Чай с молоком 200	200
ОВД18,	Омлет с зеленым горошком 200 гр	200
ОВД11,	Омлет с зелёным горошком 150	150

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М.

Недельное меню

пятница

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Завтрак		
ОВД11, ОВД18,	Каша пшеничная молочная шидкая 200гр.	200
ОВД11, ОВД18,	Сыр порционный 20гр.	20
ОВД11, ОВД18,	Хлеб пшеничный 30 г	30
ОВД11, ОВД18,	Чай с лимоном 200/10/7	200
ОВД11, ОВД18,	Фрукты свежие 140г	140
Обед		
ОВД18,	Икра кабачковая 100гр.	100
ОВД11,	Икра кабачковая 60гр.	60
ОВД18,	Суп картофельный с макаронными изделиями 250	250
ОВД11,	Суп картофельный с макаронными изделиями 200	200
ОВД11, ОВД18,	Фрикадельки нежные паровые	100
ОВД18,	Пюре из гороха 180	180
ОВД11,	Пюре из гороха 150	150
ОВД11, ОВД18,	компот*	200
ОВД11, ОВД18,	Хлеб пшеничный 50	50
ОВД11,	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40
ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна

16.12.2022

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор

Морозов А.В.

СОГЛАСОВАНО

Директор

Вахрушева Е.М.

Недельное меню

пятница

Диеты	Наименование блюд	Выход
1	2	3
Обед		
ОВД18,	Икра кабачковая 100гр.	100
ОВД11,	Икра кабачковая 60гр.	60
ОВД18,	Суп картофельный с макаронными изделиями 250	250
ОВД11,	Суп картофельный с макаронными изделиями 200	200
ОВД11, ОВД18,	Фрикадельки нежные паровые	100
ОВД18,	Пюре из гороха 180	180
ОВД11,	Пюре из гороха 150	150
ОВД11, ОВД18,	компот*	200
ОВД18,	Хлеб пшеничный 50	50
ОВД11,	Хлеб ржано- пшеничный 40 г	40
ОВД18,	Хлеб ржано- пшеничный 60 г	60
Полдник		
ОВД11, ОВД18,	Фрукты свежие 140г	140
ОВД11, ОВД18,	Чай с лимоном 200/10/7	200
ОВД11, ОВД18,	Ватрушка с повидлом	104

Врач диетолог

Травникова Елена Валерьевна

Диет. сестра

Черепанцева Ксения Алексеевна