Плановое меню (1-я неделя) Кадеты 5-8 класс

Сезон: Всесезонный													
Понедельник	Bec	Вторник	Bec	Среда	Bec	Четверг	Bec	Пятница	Bec	Суббота	Bec	Воскресенье	Bec
Завтрак													
Каша манная молочная	200.0	Запеканка из творога	210.0	Омлет с зеленым	150.0	Суп молочный с	200.0	Омлет с зеленым	150.0	Каша жидкая (рисовая)	200.0	Сырники из творога	110,
жидкая				горошком		макаронными		горошком	,-	с маслом			,
жидкал				Горошког		изделиями		Горошког		C PIGGION			
Масло (порциями)	20.0	Масло (порциями)	10.0	Масло (порциями)	20.0	Масло (порциями)	20.0	Масло (порциями)	20.0	Масло (порциями)	20.0	Масло (порциями)	20,
Яйца вареные	40,0			Икра кабачковая		Сыр (порциями)		Икра кабачковая		Какао с молоком (6г)		Соус сметанный	30,
Какао с молоком (6г)	200,0			Какао с молоком (6г)		Яйца вареные		Какао с молоком (6г)		Хлеб пшеничный		Яйца вареные	40
Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Какао с молоком (6г)		Хлеб пшеничный	100,0		100,0	Кукуруза	40, 30,
логео пшени піви	100,0	701CO TIMETIVITIBIVI	100,0	701CO TIEDETIT TITIBIT	100,0	rando e riorionori (or)	200,0	TO TO THE CHIP THEM	100,0			консервированная	50,
			+			Хлеб пшеничный	80,0					Какао с молоком (6г)	200,
						жиео пшеничный	00,0					Хлеб пшеничный	100,
Второй завтрак			<u> </u>		<u> </u>		<u> </u>					жисо пшеничный	100,
	200.0	In .	200.0	To To	200.0	To To	200.0	I	200.0	In .	200.0	I =	200
Плоды или ягоды	380,0	Плоды или ягоды	380,0	Плоды или ягоды	380,0	Плоды или ягоды	380,0	Плоды или ягоды	380,0	Плоды или ягоды	380,0	Плоды или ягоды	380,
свежие		свежие	1	свежие	<u> </u>	свежие		свежие		свежие		свежие	<u> </u>
Обед													
Рассольник	250,0	Суп картофельный с	250,0	Борщ с фасолью и	200,0	Суп картофельный с	250,0	Суп с рыбными	250,0	Щи из свежей капусты с	250,0	Суп картофельный с	250,
ленинградский		бобовыми		картофелем		клецками		консервами		картофелем		мясными	
												фрикалельками	
Говядина, тушенная с	140,0	Плов из курицы	350,0	Жаркое по-домашнему	350,0	Печень, тушенная в	150,0	Котлеты, биточки,	170,0	Рагу из птицы	350,0	Мясо тушеное	125,0
черносливом				из говядины		coyce		шницели (из говядины,		1		(говядина)	
						,		с маслом)				(,	
Картофельное пюре с	200,0	Салат из свежих	150,0	Винегрет с сельдью	150,0	Картофель отварной с	230,0	Капуста тушеная	230,0	Салат из свежих	150,0	Картофель в молоке	200,
маслом сливочным	,.	овощей		1	, .	луком	, .	(белокачанная)	, .	помидоров со сладким	, .		,
ride for the bride file.						[,		(перием			
Салат картофельный с	150.0	Кисель из яблок	200.0	Компот из смеси	200.0	Овощи натуральные	150.0	Салат из свежих	150.0	Сыр (порциями)	25.0	Салат из квашеной	150,
огурцами солеными и	,-			сухофруктов		(огурцы)	,-	огурцов	,-			капусты	,
квашеной капустой				сухофруктов		(огурцы)		огурцов				Karryerbi	
Компот из свежих	200.0	Хлеб ржаной	120.0	Хлеб ржаной	120,0	Компот из смеси	200.0	Компот из смеси	200.0	Яйца вареные	40.0	Компот из свежих	200,
плодов (яблоки)	200,0	roles pinarion	120,0	roles pinalion	120,0	сухофруктов	200/0	сухофруктов	200,0	miga sapensie	.0,0	плодов (яблоки)	200/
Хлеб ржаной	120.0	Соль пищевая	4.0	Соль пищевая	4 0	Хлеб ржаной	120.0	Хлеб ржаной	120.0	Компот из смеси	200.0	Хлеб ржаной	120,
жиной	120,0	поваренная	1,0	поваренная	1,0	жее ржаной	120,0	жее ржиней	120,0	сухофруктов	200,0	устео ржитой	120,
Сыр (порциями)	30,0	Поваренная		ПОВаренная		Сухофрукты	90.0	Соль пищевая	4 (Хлеб ржаной	120.0	Сухофрукты	100,
	30,0					Сухофрукты	30,0	поваренная	1,0	жиео ржаной	120,0	Сухофрукты	100,
Соль пищевая	4,0	1				Соль пищевая	4,0			Соль пищевая	4.0	Соль пищевая	4,0
поваренная	.,0					поваренная	.,0			поваренная	.,0	поваренная	.,
Полдник		•	•	•		поварсиная		•		поварсиная		Поварсиная	
••	200.0	C +	200.0	Ic., t.,	200.0	Ic×	200.0	C t×	200.0	Ic t	200.0	Ic×	200
Сок овощной	200,0	Сок фруктовый	200,0	Сок фруктовый	200,0	Сок апельсиновый	200,0	Сок фруктовый	200,0	Сок фруктовый	200,0	Сок апельсиновый	200,
(томатный)	400.0	(яблочный)		(виноградный)	50.0	0.5.5	50.0	(яблочный)	50.0	(виноградный)	440.0		40
Сухофрукты	100,0	Сдоба обыкновенная	50,0	Сдоба обыкновенная	50,0	Сдоба обыкновенная	50,0	Сдоба обыкновенная	50,0	Сырники из творога (со	110,0	Печенье	40,
					40.0				00.0	сметаной)			
		Сухофрукты	90,0	Печенье	40,0	1		Сухофрукты	90,0	1			
Ужин													
Котлеты или биточки	120,0	Рыба, тушенная в	120,0	Котлеты или биточки	120,0	Рыба, припущенная в	120,0	Фрикадельки рыбные	120,0	Тефтели рыбные	120,0	Курица отварная	100,
рыбные (минтай)		томате с овощами		рыбные (минтай)		молоке (минтай)							
		(минтай)		, ,									
Отварные изделия	180,0	Картофель отварной	230,0	Отварные изделия	170,0	Картофельное пюре с	200,0	Картофель в молоке	200,0	Картофельное пюре с	200,0	Отварные изделия	170,
отварные с маслом		<u> </u>	<u> </u>	отварные с маслом	<u> </u>	маслом сливочным				маслом сливочным		отварные с маслом	
Салат из свежих	150,0	Салат из квашеной	150,0	Салат из свеклы с	150,0	Салат из соленых	150,0	Салат из белокочанной	150,0	Овощи натуральные	150,0	Салат картофельный с	150,
огурцов		капусты		сыром и чесноком		огурцов с репчатым		капусты		(огурцы)		капустой свежей и	
24						луком		·		1 ,		кукурузой	
Чай с лимоном	200.0	Кукуруза	30.0	Чай с лимоном	200.0		200.0	Чай с лимоном	200.0	Масло (порциями)	20.0	Чай с лимоном	200,
	, .	консервированная					, -		, .	1	.,-		'-'
Хлеб пшеничный	100.0	Чай с лимоном	200.0	Хлеб пшеничный	100 0	Хлеб пшеничный	100.0	Хлеб пшеничный	100.0	Чай с лимоном	200.0	Хлеб пшеничный	80,
Печенье		Хлеб пшеничный	100.0		100,0	so macon mon	100,0		100,0	Хлеб пшеничный	80.0		50,
	10,0	TOTAL TIMETIN TIME	100,0							Сухофрукты	90.0		
Второй уучин			•	1		1		1		ιοινοφρηκιοι	20,0	1	•
Второй ужин	200.5	lie i	200 -	TE.	205 -	In .	200 -	lie i	200	TE.	200 -	l _a	200
Ряженка	200,0	Кефир	200,0	Йогурт	200,0	Ряженка	200,0	Кефир	200,0	Йогурт	200,0	Ряженка	200,0