

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 1

День: понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Биточек куриный	100
Макаронные изделия отварные с сыром	150
Чай с лимоном и сахаром	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Фрукты свежие	100
Итого за Завтрак	630
Салат из консерв.кукурузы	60
Суп картофельный с крупой	200
Котлета рыбная (филе минтая)	100
Рис отварной со сливочным маслом	150
Сок фруктовый	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Фрукты свежие	100
Итого за Обед	890
Итого за День	1520



Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Сыр твердый порционнно	20
Каша гречневая молочная с маслом	200
Какао "Несквик" на молоке	200
Булочка "Студенческая"	50
Фрукты свежие	100
Итого за Завтрак	570
Салат Витаминный	60
Суп гороховый с мясом	200
Печень тушенная в соусе	90
Капуста тушенная с маслом сливочным	150
Компот из свежих яблок	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Фрукты свежие	100
Итого за Обед	880
Итого за День	1450



МУП "Комбинат общественного питания" города Радужный

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Салат из капусты с морковью	60
Рагу овощное с куриным филе	200
Кофейный напиток с молоком	200
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Хлеб пшеничный	40
Итого за Завтрак	540
Салат из свежих огурцов с зеленью	60
Борщ со сметаной и мясом	200
Плов с говядиной	200
Биойогурт фруктовый питьевой	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Фрукты свежие	100
Итого за Обед	840
Итого за День	1380



МУП "Комбинат общественного питания" города Радужный

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Запеканка из творога с повидлом	180
Молоко кипяченое	200
Кондитерское изделие (печенье)	30
Хлеб пшеничный	40
Фрукты свежие	100
Итого за Завтрак	550
Салат из свеклы с сыром и зеленью	60
Суп-лапша по-домашнему с мясом	200
Биточки из индейки с красным соусом	125
Каша пшенная со сливочным маслом	150
Компот из ягод св/м (смородина)	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Итого за Обед	815
Итого за День	1365



МУП "Комбинат общественного питания" города Радужный

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Овощи свежие порциями (помидоры)	60
Омлет с сыром	200
Какао "Несквик" на молоке	200
Хлеб пшеничный	40
Фрукты свежие	100
Итого за Завтрак	600
Винегрет овощной	60
Рассольник со сметаной и мясом	200
Котлета из говядины	100
Каша гречневая со сливочным маслом	150
Сок фруктовый	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Итого за Обед	790
Итого за День	1390



МУП "Комбинат общественного питания" города Радужный

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Сыр твердый порционнно	30
Каша рисовая молочная с маслом	200
Кофейный напиток с молоком	200
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Хлеб пшеничный	40
Фрукты свежие	100
Итого за Завтрак	610
Овощи свежие (помидоры) порционнно	60
Щи из капусты со сметаной и мясом	200
Макароны отварные со сливочным маслом	150
Печень по-строгановски	100
Компот из ягод св/м (вишня)	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Итого за Обед	790
Итого за День	1400



МУП "Комбинат общественного питания" города Радужный

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Рагу из куриного филе	200
Чай с молоком и сахаром	200
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Хлеб пшеничный	40
Фрукты свежие	100
Итого за Завтрак	580
Салат "Пестрый"	60
Суп гороховый с мясом	200
Рыба запеченная под молочным соусом	90
Рис припущенный с томатом	150
Кисель фруктовый	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Фрукты свежие	100
Итого за Обед	880
Итого за День	1460



МУП "Комбинат общественного питания" города Радужный

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Котлета из филе птицы	90
Каша пшенная со сливочным маслом	150
Какао "Несквик" на молоке	200
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Хлеб пшеничный	40
Итого за Завтрак	520
Салат овощной с яблоком	60
Свекольник со сметаной и мясом	200
Бигос с говядиной	200
Напиток из шиповника	200
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Хлеб пшеничный	40
Фрукты свежие	100
Итого за Обед	840
Итого за День	1360



МУП "Комбинат общественного питания" города Радужный

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Лапшевник с творогом	180
Чай с молоком и сахаром	200
Кондитерское изделие (пряники)	50
Хлеб пшеничный	40
Фрукты свежие	100
Итого за Завтрак	570
Салат из огурцов с луком	60
Суп-лапша по-домашнему с мясом	200
Котлета мясная	100
Каша гречневая со сливочным маслом	150
Напиток из св.фруктов	200
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Хлеб пшеничный	40
Фрукты свежие	200
Итого за Обед	990
Итого за День	1560



МУП "Комбинат общественного питания" города Радужный

Рацион: Льготное питание 7-11 лет

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции
Рыба (горбуша) припущенная	100
Рис отварной со сливочным маслом	150
Какао "Несквик" на молоке	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Фрукты свежие	100
Итого за Завтрак	630
Салат витаминный	60
Борщ со сметаной и мясом	200
Гуляш из филе индейки	90
Макароны со сливочным маслом	150
Сок фруктовый	200
Хлеб пшеничный	40
Хлеб ржано-пшеничный "Жито"	40
Фрукты свежие	100
Итого за Обед	880
Итого за День	1510

