

## Меню обедов

### Понедельник:

1. Рыба припущенная - Выход 75 гр.
2. Картофельное пюре/подлива 150
3. Компот из сухофруктов 200
4. Хлеб 100
5. Салат капустный 60

	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Рыба	115	75
2	Картофель	180	150
3	Молоко	20	20
4	Хлеб	100	100
5	Сухофрукты	15	15
6	Сахар	20	20
7	Масло подсолнечное	16	16
8	Капуста	75	
9	Перец	1	1
10	Лук репчатый	17	
11	Морковь	32	
12	Масло сливочное	5	5
13	Томат	5	5
14	Укроп	3	
15	Соль	3	3

**Вторник:**

1. Котлеты из говядины 75
2. Макароны отварные с подливой 150
3. Чай с лимоном 200/10
4. Хлеб 100
5. Салат свекольный 60

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Говядина	105	70
2	Макароны	50	150
3	Хлеб	107 г.	107 г.
4	Чай	2	2
5	Сахар	20	20
6	Свекла	85	50
7	Лук репчатый	25	
9	Укроп	3	
10	Масло подсолнечное	15	15
11	Томат	5	5
12	Морковь	15	
13	Сметана	10	10
14	Лимон	10	10
15	Перец	1	1
16	Соль	3	3
17	Картофель	12	12

**Среда:**

1. Плов из говядины 220
2. Компот из сухофруктов 200
3. Хлеб 100
4. Салат морковный 60г.

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Говядина	105	70
2	Рис	50	150
3	Хлеб	100	100
4	Сухофрукты	15	15
5	Сахар	20	20
8	Лук репчатый	15	
9	Морковь	105	
10	Масло подсолнечное	15	15
11	Укроп	3	
15	Соль	3	3
16	Сметана	15	15
17	Перец	1	1

**Четверг:**

1. Салат свекольный 60
2. Куры отварные/макаронны отварные/подлива 80/150
3. Хлеб 100г
4. Чай с лимоном печенье 200/10/25

	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Куры	130	70
2	Макаронны	50	150
4	Хлеб	100	100
5	Чай	2	2
6	Сахар	20	20
7	Масло подсолнечное	15	15
8	Свекла	85	50
10	Лук репчатый	15	
11	Томат	5	5
12	Морковь	15	
13	Укроп	3	
15	Соль	3	3
16	Лимон	10	10
17	Сметана	10	10
18	Перец	1	1
19	Печенье	25	25

**Пятница:**

1. Салат морковный 60
2. Сосиски с рисом 80/150
3. Компот из сухофруктов 200
4. Хлеб 100

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Сосиски	100	80
2	Рис	50	150
3	Перец	1	1
4	Хлеб	100	100
5	Сухофрукты	15	15
6	Сахар	20	20
7	Масло подсолнечное	15	15
10	Лук репчатый	15	
11	Морковь	100	
11	Укроп	3	
12	Томат	5	5
13	Масло сливочное	5	5
14	Соль	3	3

--	--	--	--

**Суббота:**

1. Салат капустный 60
2. Мясо тушенное с подливой/гречка 55/150
3. Чай с лимоном 200/10
4. Хлеб 100

№	Наименование продуктов	Количество продуктов	
		Брутто:	Нетто:
1	Говядина	105	55
2	Гречка	50	150
3	Хлеб	100	100
4	Чай	2	2
5	Сахар	20	20
6	Масло подсолнечное	16	16
7	Капуста	75	52
8	Перец	1	1
9	Лук репчатый	17	
10	Томат	5	5
11	Укроп	3	
12	Морковь	27	
15	Соль	3	3
16	Лимон	10	10

**Итого продуктов на одного ребенка:**

<b>Продукты</b>	<b>На 5 дней:</b>	<b>На 6 дней:</b>
Рыба	115	115
Говядина	210	315
Куры	130	130
Сосиски	100	100
Рис	100	100
Гречка	-	50
Макароны	100	100
Картофель	192	192
Молоко	20	20
Сухофрукты	45	45
Сахар	100	120
Масло подсолнечное	76	92
Свекла	170	170
Лук	87	104
Масло сливочное	10	10
Томат	20	25
Морковь	267	294
Укроп	15	18
Хлеб	507	607
Чай	4	6
Лимон	20	30
Перец	5	6
Соль	15	18
Сметана	35	35
Капуста	75	150
Печенье	25	25