**Меню 2021год**

**1-неделя**

**(***понедельник***)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | |
| капус | мясо | Масло | сухофр | картоф | хлеб | лук | сахар | морковь |
|  | борщ | 45 | 70 | 15 |  | 150 | 125 | 20 |  | 50 |
| салат | 100 |  | 30 |  |  |  | 30 |  | 50 |
| кампот |  |  |  | 46 |  |  |  | 35 |  |
|  | **итого** | 145 | 70 | 45г | 46 | 150 | 125 | 50 | 35 | 100 |

*вторник*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | |
| хлеб | картоф | масло | с\фрукт | капуст | сахар | морков | лук | соль |
|  | Карт.пюре | 125 | 340 | 50 |  |  | 35 |  |  |  |
|  | салат |  |  | 50 |  | 125 |  | 60 | 30 |  |
|  | кампот |  |  |  | 50 |  | 35 |  |  |  |
|  | **итого** | 125 | 340 | 100 | 50 | 125 | 70 | 60 | 30 |  |

***среда***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | |
| хлеб | рожки | масло | чай | сах | морковь | лук | капус |
|  | макароны с подлив | 130 | 50 | 20 |  |  | 30 | 20 |  |
|  | салат |  |  | 30 |  |  | 30 | 30 | 125 |
|  | чай |  |  |  | 0,5 | 35 |  |  |  |
|  | **итого** | 130 | 50 | 50гр | 0,5г | 35г | 60г | 50г | 125 |

***четверг***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | | |
| хлеб | рис | мясо | чай | сахар | масл | капуст | морковь | лук |  |
|  | плов | 130 | 145 | 70 |  |  | 20 |  |  |  |  |
|  | салат |  |  |  |  |  |  | 125 | 105 | 35 |  |
|  | чай |  |  |  | 0,5 | 35 |  |  |  |  |  |
|  | итого | 130 | 145 | 70 | 13г | 35г | 20г | 125 | 105 | 35 |  |

***пятница***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | | |
| хлеб | макар | картош | с\фрукт | сахар | масло | томат | морк | мясо | кап |
|  | Суп с мясом | 125 | 55 | 200 |  |  | 25 | 10 | 20 | 70 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | салат |  |  |  |  |  | 30 |  | 40 |  | 60 |
|  | компот |  |  |  | 50 | 35 |  |  |  |  |  |
|  | **итого** | 125к | 55кг | 200 | 50г | 35г | 55г | 10г | 60г | 70 | 60 |

***Суббота***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | | |
| хлеб | макар | картош | с\фрукт | сахар | масло | томат | морк | мясо | кап |
|  | Суп с мясом | 125 | 55 | 200 |  |  | 25 | 10 | 20 | 70 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | салат |  |  |  |  |  | 30 |  | 40 |  | 60 |
|  | компот |  |  |  | 50 | 35 |  |  |  |  |  |
|  | **итого** | 125к | 55кг | 200 | 50г | 35г | 55г | 10г | 60г | 70 | 60 |

***Ежедневно при наличии***

***Фрукты, Соки, Цитрусы, Сладости одно из них.***

**Меню 2021год 2-неделя**

**(***понедельник***)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | |
| капус | мясо | Масло | сухофр | картоф | хлеб | лук | сахар | морковь |
|  | борщ | 45 | 70 | 15 |  | 150 | 125 | 20 |  | 50 |
| салат | 100 |  | 30 |  |  |  | 30 |  | 50 |
| кампот |  |  |  | 46 |  |  |  | 35 |  |
|  | **итого** | 145 | 70 | 45г | 46 | 150 | 125 | 50 | 35 | 100 |

*вторник*

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | |
| хлеб | картоф | масло | с\фрукт | капуст | сахар | морков | лук | соль |
|  | Карт.пюре | 125 | 340 | 50 |  |  | 35 |  |  |  |
|  | салат |  |  | 50 |  | 125 |  | 60 | 30 |  |
|  | кампот |  |  |  | 50 |  | 35 |  |  |  |
|  | **итого** | 125 | 340 | 100 | 50 | 125 | 70 | 60 | 30 |  |

***среда***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | |
| хлеб | рожки | масло | чай | сах | морковь | лук | капус |
|  | макароны с подлив | 130 | 50 | 20 |  |  | 30 | 20 |  |
|  | салат |  |  | 30 |  |  | 30 | 30 | 125 |
|  | чай |  |  |  | 0,5 | 35 |  |  |  |
|  | **итого** | 130 | 50 | 50гр | 0,5г | 35г | 60г | 50г | 125 |

***четверг***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | | |
| хлеб | рис | мясо | чай | сахар | масл | капуст | морковь | лук |  |
|  | плов | 130 | 145 | 70 |  |  | 20 |  |  |  |  |
|  | салат |  |  |  |  |  |  | 125 | 105 | 35 |  |
|  | чай |  |  |  | 0,5 | 35 |  |  |  |  |  |
|  | итого | 130 | 145 | 70 | 13г | 35г | 20г | 125 | 105 | 35 |  |

***пятница***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | | |
| хлеб | макар | картош | с\фрукт | сахар | масло | томат | морк | мясо | кап |
|  | Суп с мясом | 125 | 55 | 200 |  |  | 25 | 10 | 20 | 70 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | салат |  |  |  |  |  | 30 |  | 40 |  | 60 |
|  | компот |  |  |  | 50 | 35 |  |  |  |  |  |
|  | **итого** | 125к | 55кг | 200 | 50г | 35г | 55г | 10г | 60г | 70 | 60 |

***Суббота***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | меню | Наименование и количество продуктов | | | | | | | | | |
| хлеб | макар | картош | с\фрукт | сахар | масло | томат | морк | мясо | кап |
|  | Суп с мясом | 125 | 55 | 200 |  |  | 25 | 10 | 20 | 70 |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | салат |  |  |  |  |  | 30 |  | 40 |  | 60 |
|  | компот |  |  |  | 50 | 35 |  |  |  |  |  |
|  | **итого** | 125к | 55кг | 200 | 50г | 35г | 55г | 10г | 60г | 70 | 60 |