

Десятидневное меню лето-осень с 1-3 лет

первая неделя			первая неделя			первая неделя			первая неделя			первая неделя		
1 день понедельник			2 день вторник			3 день среда			4 день четверг			5 день пятница		
Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты	Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты	Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты	Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты	Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша молочная геркулесовая	150	158	Каша "Дружба"	150	163	Каша молочная гречневая	150	138	Каша манная молочная жидкая	150	132	Запеканка из творога	130	150
Хлеб пшеничный	20	84	Хлеб пшеничный	20	84	Хлеб пшеничный	20	84	Хлеб пшеничный	20	84	Соус молочный сладкий	30	157
Масло сливочное(порциями)	7	88	Масло сливочное(порциями)	7	88	Масло сливочное(порциями)	7	88	Масло сливочное(порциями)	7	88	Хлеб пшеничный	20	84
Чай с сахаром	180	41	Чай с молоком	180	31	Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41	Масло сливочное(порциями)	7	88
						Сыр (порциями)	18	110				Чай с сахаром	180	41
<b>2 ЗАВТРАК</b>			<b>2 ЗАВТРАК</b>			<b>2 ЗАВТРАК</b>			<b>2 ЗАВТРАК</b>			<b>2 ЗАВТРАК</b>		
Фрукты свежие	100	124	Сок фруктовый	100	40	Фрукты свежие	100	124	Сок фруктовый	100	40	Фрукты свежие	100	124
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Суп крестьянский на м/б	150	6/1	Суп гороховый с гречани на м/б бульоне со сметаной	150	3	Рассольник со сметаной	150	4	Борщ на к/б с фасолью со сметаной	150	21	Суп картофельный с вермишелью	150	9
Гуляш из отварного мяса	50	235	Фрикадельки в соусе	50	198	Макароны отварные	110	186	Тефтели мясные	50	243	Курица тушеная в томатном соусе	60	207
Каша гречневая рассыпчатая	110	185	Каша пшеничная вязкая	110	252	Оладьи из печени	50	191	Рис отварной	110	183	Каша пшеничная вязкая	110	253
Салат из свёклы с сыром	30	273	Салат из свежей капусты	30	113	Салат из моркови с растительным маслом	30	106	Салат "Витаминный"	30	129	Салат из свежей капусты со свеклой	30	279
Сок фруктовый	180	40	Компот из сухофруктов	180	37	Кисель фруктовый	180	38	Компот из свежих яблок	180	36	Кисель фруктовый	180	38
Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Печенье	30	68	Ватрушка с творогом	50	63	Булочка домашняя	50	64	Печенье	30	68	Булочка с крошкой	50	78
Чай с молоком	180	31	Кефирный напиток	150	33	Чай с сахаром	180	41	Молоко кипяченое	180	32	Кефирный напиток	150	33
<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>		
Омлет натуральный	130	131	Жаркое по-домашнему	150	193	Котлеты мясные	50	199	Картофельная запеканка с мясом	150	204	Овощное рагу с мясом	180	194
Зеленый горошек консервированный	50	116	Яйцо вареное	40	283	Капуста тушеная	130	184	Томаты в с/соку	30	111	Чай с сахаром	180	41
Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41	Хлеб пшеничный	40	84
Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84			
<b>вторая неделя</b>			<b>вторая неделя</b>			<b>вторая неделя</b>			<b>вторая неделя</b>			<b>вторая неделя</b>		
1 день понедельник			2 день вторник			3 день среда			4 день четверг			5 день пятница		
Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты	Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты	Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты	Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты	Наименование блюда	вес блюда, г	№ карты
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>		
Суп молочный рисовый	150	140	Каша пшеничная молочная жидкая	150	136	Каша молочная пшеничная	150	137	Суп молочный с макаронными изделиями	150	133	Омлет натуральный	130	131
Хлеб пшеничный	20	84	Хлеб пшеничный	20	84	Хлеб пшеничный	20	84				Хлеб пшеничный	20	84
Масло сливочное(порциями)	7	88	Масло сливочное(порциями)	7	88	Масло сливочное(порциями)	7	88	Хлеб пшеничный	20	84	Масло сливочное(порциями)	7	88
Чай с молоком	180	31	Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41	Масло сливочное(порциями)	7	88	Чай с сахаром	180	41
Сыр(порциями)	10	110				Сыр(порциями)	13	110	Чай с сахаром	180	41			
<b>2 ЗАВТРАК</b>			<b>2 ЗАВТРАК</b>			<b>2 ЗАВТРАК</b>			<b>2 ЗАВТРАК</b>			<b>2 ЗАВТРАК</b>		
Фрукты свежие	100	124	Сок фруктовый	100	40	Фрукты свежие	100	124	Сок фруктовый	100	40	Фрукты свежие	100	124
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Щи из свежей капусты с мясом и со сметаной	150	17	Суп картофельный с фрикадельками	150	7	Суп картофельный с клецками	150	9	Суп из овощей на м/б	150	19	Суп с рыбными консервами	150	10
Бефстроганов из отварного мяса	60	237	Голубцы ленивые	130	242//1	Плов с мясом	150	210	Котлеты из мяса кур	50	287	Жаркое по-домашнему	150	193
Каша перловая вязкая	120	219	Соус молочный	30	250	Салат из отварной свёклы	30	275	Каша пшеничная вязкая	110	253	Салат из свежей капусты	30	113
Салат из свёклы с сыром	30	273	Салат из моркови с изюмом	30	108	Кисель фруктовый	180	38	Салат из моркови с яблоками с растительным маслом	30	122	Компот из свежих яблок	180	36
Сок фруктовый	180	40	Компот из сухофруктов	180	37	Хлеб пшеничный	40	84	Компот из сухофруктов	180	37	Хлеб пшеничный	40	84
Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84				Хлеб пшеничный	40	84			
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Сдоба	50	68	Печенье	30	68	Пирожок со сладкой начинкой	50	62	Чай с сахаром	180	41	Коржик молочный	50	87//1
Чай с сахаром	180	41	Кефирный напиток	150	33	Чай с сахаром	180	41	Печенье	30	68	Кефирный напиток	150	33
<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>			<b>УЖИН</b>		
Котлета мясная	60	199	Вареники ленивые	130	148	Суфле из мяса	60	228	Сырники	150	155	Тефтели мясные	60	243
Гороховое пюре	120	187	Соус сметанный сладкий	50	156	Капуста тушеная	120	184	Варенье	30	161	Макароны отварные	120	186
Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41	Чай с сахаром	180	41
Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84