

Десятидневное меню лето-осень с 3-7 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
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша молочная геркулесовая	200	158	Каша "Дружба"	200	163	Каша молочная гречневая	200	138	Каша манная молочная жидкая	200	132	Запеканка из творога	150	150
Хлеб пшеничный	30	84	Хлеб пшеничный	30	84	Хлеб пшеничный	30	84	Хлеб пшеничный	30	84	Сочев молочный сладкий	40	157
Масло сливочное(порциями)	8	88	Масло сливочное(порциями)	8	88	Масло сливочное(порциями)	8	88	Масло сливочное(порциями)	8	88	Хлеб пшеничный	30	84
Чай с сахаром	200	41	Чай с молоком	200	31	Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41	Масло сливочное(порциями)	8	88
						Сыр (порциями)	18	110				Чай с сахаром	200	41
2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК		
Фрукты свежие	100	124	Сок фруктовый	100	40	Фрукты свежие	100	124	Сок фруктовый	100	40	Фрукты свежие	100	124
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Суп крестьянский на м/б	200	6/1	Суп гороховый с грибами на м/б бульоне со сметаной	200	3	Расольник со сметаной	200	4	Борщ на м/б с фасолью со сметаной	200	21	Суп картофельный с вермишелью	200	9
Гуляш из отварного мяса	70	235	Фрикадельки в соусе	70	198	Макаронь отварные	130	186	Тефтели мясные	70	243	Курица тушеная в томатном соусе	80	207
Каша гречневая рассыпчатая	150	185	Каша пшеничная вязкая	150	252	Оладьи из печени	70	191	Рис отварной	150	183	Каша пшеничная вязкая	150	253
Салат из свеклы с сыром	50	273	Салат из свежей капусты	50	113	Салат из моркови с растительным маслом	50	106	Салат "Витаминный"	50	129	Салат из свежей капусты со свеклой	50	279
Сок фруктовый	200	40	Компот из сухофруктов	200	37	Кисель фруктовый	200	38	Компот из свежих яблок	200	36	Кисель фруктовый	200	38
Хлеб пшеничный	60	84	Хлеб пшеничный	60	84	Хлеб пшеничный	60	84	Хлеб пшеничный	60	84	Хлеб пшеничный	60	84
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Печенье	50	68	Вагрушка с творогом	70	63	Булочка домашняя	70	64	Печенье	50	68	Булочка с крошкой	70	78
Чай с молоком	200	31	Кефирный напиток	180	33	Чай с сахаром	200	41	Молоко кипяченое	200	32	Кефирный напиток	180	33
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
Омлет натуральный	150	131	Жаркое по-домашнему	170	193	Котлеты мясные	80	199	Картофельная запеканка с мясом	160	204	Овощное рагу с мясом	210	194
Зеленый горошек консервированный	60	116	Ябло вареное	40	283	Капуста тушеная	130	184	Томаты в е/соку	50	111	Чай с сахаром	200	41
Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41	Хлеб пшеничный	40	84
Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84			
вторая неделя			вторая неделя			вторая неделя			вторая неделя			вторая 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
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Суп молочный рисовый	200	140	Каша пшеничная молочная жидкая	200	136	Каша молочная пшеничная	200	137	Суп молочный с макаронными изделиями	200	133	Омлет натуральный	150	131
Хлеб пшеничный	30	84	Хлеб пшеничный	30	84	Хлеб пшеничный	30	84				Хлеб пшеничный	30	84
Масло сливочное(порциями)	8	88	Масло сливочное(порциями)	8	88	Масло сливочное(порциями)	8	88	Хлеб пшеничный	30	84	Масло сливочное(порциями)	8	88
Чай с сахаром	200	31	Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41	Масло сливочное(порциями)	8	88	Чай с сахаром	200	41
Сыр(порциями)	13	110				Сыр(порциями)	13	110	Чай с сахаром	200	41			
2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК			2 ЗАВТРАК		
Фрукты свежие	100	124	Сок фруктовый	100	40	Фрукты свежие	100	124	Сок фруктовый	100	40	Фрукты свежие	100	124
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Пи из свежей капусты с мясом и со сметаной	200	17	Суп картофельный с фрикадельками	200	7	Суп картофельный с клецками	200	9	Суп из овощей на м/б	200	19	Суп с рыбными консервами	200	10
Бефстроганов из отварного мяса	80	237	Голубцы ленивые	150	242/1	Плов с мясом	200	210	Котлеты из мяса кур	70	287	Жаркое по-домашнему	170	193
Каша перловая вязкая	130	219	Соус молочный	50	250	Салат из отварной свеклы	50	275	Каша пшеничная вязкая	150	253	Салат из свежей капусты	50	113
Салат из свеклы с сыром	50	273	Салат из моркови с изюмом	50	108	Кисель фруктовый	200	38	Салат из моркови с яблоками с растительным маслом	50	122	Компот из свежих яблок	200	36
Сок фруктовый	200	40	Компот из сухофруктов	200	37	Хлеб пшеничный	60	84	Компот из сухофруктов	200	37	Хлеб пшеничный	60	84
Хлеб пшеничный	60	84	Хлеб пшеничный	60	84				Хлеб пшеничный	60	84			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Сдоба	70	68	Печенье	50	68	Пирожок со сладкой начинкой	80	62	Чай с сахаром	200	41	Коржик молочный	70	87/1
Чай с сахаром	200	41	Кефирный напиток	180	33	Чай с сахаром	200	41	Печенье	50	68	Кефирный напиток	180	33
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
Котлета мясная	80	199	Вареники ленивые	150	148	Суфле из мяса	80	228	Сырники	170	155	Тефтели мясные	70	243
Гороховое пюре	130	187	Соус сметанный сладкий	60	156	Капуста тушеная	130	184	Варенье	40	161	Макаронь отварные	150	186
Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41	Чай с сахаром	200	41
Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84	Хлеб пшеничный	40	84