

МЕНЮ (1 вторник) « »



№ п/п	Наименование блюда	Р. № 10 (г/д)	№ 10 (г/д)	№ 10 (г/д)
Завтрак				
1.	Каша манная молочная жидкая с маслом.	150/180	150/180	175/210
2.	Яйцо отварное.	40/40	40/40	63/63
3.	Масло сливочное порциями.	10/10	10/10	66/66
4.	Батон йодированный.	20/30	20/30	61/73
5.	Чай с сахаром.	150/180	150/180	63/76
2-ой завтрак:				
1.	Кисломолочный напиток.	150/180	150/180	72/87
2.	Кондитерское изделие.	17/17	17/17	57/57
Обед:				
1.	Суп куриный с вермишелью.	160/200	160/200	92/115
2.	Котлета рыбная.	50/70	50/70	93/130
3.	Пюре картофельное.	110/130	110/130	114/135
4.	Огурец солёный.	20/30	20/30	2/3
5.	Напиток из шиповника с изюмом.	150/180	150/180	104/125
6.	Хлеб ржаной.	30/50	30/50	58/97
Уплотнённый полдник:				
1.	Запеканка творожная со стухнённым молоком.	130/200/150/20	130/200/150/20	287/324
2.	Чай с низким содержанием сахара.	150/180	150/180	45/54
3.	Батон йодированный.	20/30	20/30	61/73

МЕНЮ (1 понедельник) « »



№ п/п	Наименование блюда	Р. № 10 (г/д)	№ 10 (г/д)	№ 10 (г/д)
Завтрак:				
1.	Каша овсяная молочная с маслом сливочным.	150/180	150/180	70/84
2.	Кофейный напиток с молоком.	20/30	20/30	61/73
3.	Батончик к чаю.	10/10	10/10	66/66
4.	Масло сливочное порциями.	10/10	10/10	66/66
2-ой завтрак:				
1.	Сок	200/200	200/200	88/88
Обед:				
1.	Суп картофельный с рыбными консервами.	160/200	160/200	108/135
2.	Котлета мясная.	50/70	50/70	125/175
3.	Рис отварной.	110/130	110/130	198/234
4.	Соус красный основной.	20/20	20/20	53/53
5.	Компот из смеси ягод с/м.	150/180	150/180	57/68
6.	Хлеб ржаной.	30/50	30/50	58/97
Уплотнённый полдник:				
1.	Сыр порционно.	10/10	10/10	43/43
2.	Омлет натуральный с зелёным горошком.	150/170	150/170	275/310
3.	Чай с низким содержанием сахара.	150/180	150/180	45/54
4.	Батончик к чаю.	20/30	20/30	61/73

МЕНЮ (1 четверг) « »



№ п/п	Наименование блюда	Блюдо Ясли/ сад	Кухня (порции)
<b>Завтрак:</b>			
1.	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом.	150/180	193/232
2.	Чай с молоком с сахаром.	150/180	77/92
3.	Батон йодированный.	20/30	61/73
4.	Масло сливочное порциями.	5/5	33/33
5.	Сыр порциями.	10/10	43/43
<b>2-ой Завтрак:</b>			
1.	Молоко ванильное.	150/180	85/102
<b>Обед:</b>			
1.	Суп картофельный с зелёным горошком и курицей.	160/200	107/133
2.	Котлета «Рыжик».	50/70	130/182
3.	Картофельное пюре.	110/130	114/135
4.	Икра свекольная.	20/30	20/30
5.	Напиток из смеси сухофруктов.	150/180	85/102
6.	Хлеб ржаной.	30/50	58/97
<b>Уплотнённый полдник:</b>			
1.	Пулинг из творога с подливой молочной сладкой.	150/170	352/398
2.	Кисель из ягод с/м.	150/180	83/99
3.	Батон йодированный.	20/30	61/73

МЕНЮ (1 среда) « »



№ п/п	Наименование блюда	Блюдо Ясли/ сад	Кухня (порции)
<b>Завтрак:</b>			
1.	Суп молочный с вермишелью с маслом.	150/180	193/232
2.	Молоко кипячёное (ЯС/ЛП).	150/-	85/-
3.	Какао с молоком (САД).	-/180	-/102
4.	Батон йодированный.	20/30	61/73
5.	Масло сливочное порциями.	10/10	66/66
<b>2-ой Завтрак:</b>			
1.	Фрукт.	100/100	44/44
<b>Обед:</b>			
1.	Суп картофельный с яйцом и курой.	160/200	102/128
2.	Печень по-строгановски.	30/30// 35/35	163/190
3.	Каша гречневая отварная.	110/130	248/293
4.	Компот из смеси ягод с/м.	150/180	57/68
5.	Хлеб ржаной.	30/50	58/97
<b>Уплотнённый полдник:</b>			
1.	Запеканка картофельная с мясным фаршем.	150/170	291/328
2.	Батон йодированный.	20/30	61/73
3.	Чай с низким содержанием сахара.	150/180	45/54

МЕНЮ (1 пятница) « »



№ п/п	Наименование блюда	Ясли/сад	Учебный кабинет (по плану)	Здание
<b>Завтрак:</b>				
1.	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом.	150/180	150/180	154/185
2.	Кофейный напиток с молоком.	150/180		70/84
3.	Батон йодированный	20/30		61/73
4.	Масло сливочное порциями.	10/10		66/66
<b>2-ой Завтрак:</b>				
1.	Сок.	200/200		88/88
<b>Обед:</b>				
1.	Борщ с картофелем, свиной и сметаной.	160/200		162/203
2.	Гуляш «Болоньезе».	50/70		126/176
3.	Макаронные изделия отварные.	110/130		114/134
4.	Компот из ягод (слубника) с/м.	150/180		57/68
5.	Хлеб ржаной.	30/50		58/97
<b>Уплотнённый полдник:</b>				
1.	Ёжики мясные со сметанным соусом.	150/170		188/212
2.	Чай с низким содержанием сахара.	150/180		45/54
3.	Батон йодированный.	20/30		61/73

МЕНЮ (2 вторник) « »



№ п/п	Наименование блюда	Завтрак:		2-ой завтрак:	
1.	Каша ячневая молочная жидкая с маслом.	150/180	202/242	150/180	72/86
2.	Молоко кипячёное (ЯС.ЛП).	150/-	85/-	150/180	72/86
3.	Какао с молоком (САД).	-/180	-/102	150/180	72/86
4.	Батон йодированный.	20/30	61/73	150/180	72/86
5.	Масло сливочное порциями.	10/10	66/66	150/180	72/86
2-ой Завтрак:					
1.	Кисломолочный напиток (кефир).	150/180	72/86	150/180	72/86
Обед:					
1.	Суп картофельный с горохом.	160/200	109/136	160/200	109/136
2.	Лёля-кебаб из курицы.	50/70	164/229	160/200	109/136
3.	Каша гречневая отварная.	110/130	248/292	150/200	181/240
4.	Соус красный основной.	20/20	53/53	20/30	2/3
5.	Компот из смеси ягод с/м.	150/180	57/68	150/180	74/85
6.	Хлеб ржаной.	30/50	58/97	30/50	58/97
Уплотнённый полдник:					
1.	Омлет натуральный.	150/170	293/331	150/180	109/131
2.	Сыр порционно.	10/10	43/43	75/75	168/168
3.	Батон йодированный.	20/30	61/73	150/180	45/54
4.	Чай с низким содержанием сахара.	150/180	45/54	150/180	45/54

МЕНЮ (2 понедельник) « »



№ п/п	Наименование блюда	Завтрак:		2-ой завтрак:	
1.	Каша овсяная молочная жидкая с маслом.	150/180	171/205	150/180	88/88
2.	Чай с молоком и сахаром.	150/180	77/92	150/180	88/88
3.	Батончик к чаю.	20/30	61/73	150/180	88/88
4.	Масло сливочное порциями.	10/10	66/66	150/180	88/88
2-ой Завтрак:					
1.	сок.	200/200	88/88	200/200	88/88
Обед:					
1.	Суп полевой на мясном бульоне.	160/200	69/86	160/200	69/86
2.	Жаркое по-домашнему.	150/200	181/240	150/200	181/240
3.	Огурец солёный.	20/30	2/3	20/30	2/3
4.	Напиток из смеси сухофруктов.	150/180	74/85	150/180	74/85
5.	Хлеб ржаной.	30/50	58/97	30/50	58/97
Уплотнённый полдник:					
1.	Каша рисовая молочная с маслом.	150/180	109/131	150/180	109/131
2.	Ватрушка с творогом.	75/75	168/168	75/75	168/168
3.	Чай с низким содержанием сахара.	150/180	45/54	150/180	45/54

МЕНЮ (2 четверг) « »



№ п/п	Наименование блюда	Хлеб/Жиры/Ясли/сал.	Каша/Ясли/сал.	Кисель (порции)
<b>Завтрак:</b>				
1.	Каша манная жидкая с маслом.	150/180	175/210	
2.	Кофейный напиток с молоком.	150/180	70/84	
3.	Батон йодированный.	20/30	61/73	
4.	Масло сливочное порциями.	10/10	66/66	
5.	Яйцо варёное.	40/40	63/63	
<b>2-ой Завтрак:</b>				
1.	Молоко ванильное.	150/180	85/102	
2.	Кондитерское изделие.	17/17	57/57	
<b>Обед:</b>				
1.	Суп картофельный со свиной котлетой.	160/200	106/133	
2.	Котлета рыбная.	50/70	93/130	
3.	Картофельное пюре.	110/130	113/133	
4.	Икра свекольная.	20/30	20/30	
5.	Напиток из смеси сухофруктов.	150/180	85/102	
6.	Хлеб ржаной.	30/50	58/97	
<b>Уплотнённый полдник:</b>				
1.	Пудинг из творога с подливой молочной сладкой.	150/170	352/398	
2.	Батон йодированный.	20/30	61/73	
3.	Кисель из ягод с/м.	150/180	83/99	

МЕНЮ (2 среда) « »



№ п/п	Наименование блюда	Хлеб/Жиры/Ясли/сал.	Каша/Ясли/сал.	Кисель (порции)
<b>Завтрак:</b>				
1.	Каша «Дружба» молочная жидкая с маслом.	150/180	213/255	
2.	Чай с сахаром.	150/180	63/75	
3.	Батон йодированный.	20/30	61/73	
4.	Масло сливочное порциями.	10/10	66/66	
<b>2-ой Завтрак:</b>				
1.	Фрукт	100/100	44/44	
<b>Обед:</b>				
1.	Рассольник ленинградский с курой и сметаной.	160/200	103/129	
2.	Запеканка из печени с рисом.	150/170	223/252	
3.	Соус молочный.	20/20	28/28	
4.	Напиток из шиповника с изюмом.	150/180	104/125	
5.	Хлеб ржаной.	30/50	58/97	
<b>Уплотнённый полдник:</b>				
1.	Рагу из овощей с курой.	150/200	126/168	
2.	Батон йодированный.	20/30	61/73	
3.	Чай с низким содержанием сахара.	150/180	45/54	

МЕНЮ (2 пятница) « »



№п/п	Наименование блюда	Выдача (порция)	Калорийность (порция)
Завтрак:			
1.	Каша пшеничная молочная жидкая с маслом.	150/180	154/166
2.	Чай с сахаром.	150/180	63/75
3.	Батон йодированный.	20/30	61/73
4.	Масло сливочное порциями.	5/5	33/33
5.	Сыр порциями.	10/10	43/43
2-ой Завтрак:			
1.	Сок.	200/200	88/88
Обед:			
1.	Щи с картошкой на мясном бульоне со сметаной.	160/200	84/104
2.	Бефстроганов из отварного мяса.	30/30/35/35	96/112
3.	Макаронные изделия отварные.	110/130	114/134
4.	Компот из смеси ягод с/м.	150/180	57/68
5.	Хлеб ржаной.	30/50	58/97
Уплотнённый полдник:			
1.	Каша гречневая молочная жидкая с маслом.	150/180	211/253
2.	Манник.	50/50	181/181
3.	Чай с низким содержанием сахара.	150/180	45/54