

МЕНЮ

1-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Каша пшенная жидкая	200	178.10
2. Кофейный напиток с молоком	200	101.11
3. Бутерброд с маслом	25	85.69
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок	150	90
ОБЕД		
1. Суп картофельный с мясом	200	116
2. Голубцы ленивые	180	246.4
3. Компот из сухофруктов	200	49.02
4. Винегрет овощной	60	56.88
5. Хлеб ржаной	50	94.5
6. Хлеб пшеничный	30	70.5
ПОЛДНИК		
1. Кефир	200	100
2. Хлеб пшеничный	20	47
3. Печенье	30	124.2
УЖИН		
1. Пудинг из творога запеченный	100	220
2. Соус молочный сладкий	30	30.45
3. Чай с сахаром	200	42.11
4. Бутерброд с сыром	45	139.0
5. Яблоко	100	43.0

МЕНЮ

2-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Омлет натуральный	100	149.41
2. Салат из белокочанной капусты	60	52.4
3. Какао с молоком	200	95.0
4. Хлеб пшеничный	20	47.0
5. Хлеб ржаной	20	37.8
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Банан	100	92
ОБЕД		
1. Щи из свежей капусты с картофелем и мясом, со сметаной	200	109.8
2. Картофельное пюре	150	137.25
3. Тефтели мясные	70	90.42
4. Хлеб ржаной	30	52.2
5. Сок	200	120
6. Салат из свеклы с черносливом	60	78.9
7. Хлеб пшеничный	20	47
ПОЛДНИК		
1. Ряженка	200	101.33
2. Зефир	50	170
УЖИН		
1. Запеканка из печени с рисом	150	225.83
2. Соус сметанный	30	22.23
3. Огурец консервированный	50	11.25
3. Чай с сахаром и лимоном	200	42.11
4. Бутерброд с повидлом	55	156.0

МЕНЮ

3-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Каша овсяная вязкая	200	169.76
2. Чай с сахаром	200	42.11
3. Бутерброд с сыром	45	139.0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок	150	90.0
ОБЕД		
1. Суп картофельный с крупой на мясном бульоне	200	104
2. Рис припущенный	150	199.95
3. Гуляш из отварного мяса	80	135.3
4. Салат из моркови и яблок	60	49.14
5. Компот из сухофруктов	200	49.02
6. Хлеб ржаной	50	94.5
ПОЛДНИК		
1. Снежок	200	156
2. Хлеб пшеничный	30	70.5
3. Груша	100	49
УЖИН		
1. Суфле из рыбы	100	152.5
2. Картофельное пюре	100	90.5
3. Кисель	200	108.95
4. Хлеб пшеничный	20	47
5. Масло сливочное	7	39.62
6. Помидор консервированный	50	11.25

МЕНЮ

4-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Сырники с морковью	100	245
2. Чай с сахаром	200	42.11
3. Хлеб пшеничный	20	47.4
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Кефир	180	90
ОБЕД		
1. Рассольник Ленинградский на кур/бульоне со сметаной	200	89.4/ 24.3
2. Птица тушеная в соусе с овощами	180	126.78
4. Салат из свеклы с зеленым горошком	60	46.26
5. Хлеб ржаной	50	94.5
6. Сок	150	99
7. Хлеб пшеничный	30	70.5
ПОЛДНИК		
1. Компот из сухофруктов	200	49.02
2. Булочка к чаю	50	165
3. Повидло	20	50
УЖИН		
1. Вермишель отварная с маслом	100	110.32
2. Фрикадельки мясные	50	68.33
3. Бутерброд с маслом	40	137.10
4. Какао с молоком	200	95.0
5. Салат из белокачанной капусты с морковью	60	52.44

МЕНЮ

5-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Каша пшеничная молочная	200	198.71
2. Кофейный напиток с молоком	200	101.1
3. Хлеб пшеничный	20	47.0
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Ряженка	180	91.2
ОБЕД		
1. Борщ на мясном бульоне со сметаной	200	99
2. Пирожки печеные мясные с луком	135	378
3. Хлеб ржаной	30	56.7
4. Салат из моркови и яблок	60	49.14
5. Компот из сухофруктов	200	49.02
ПОЛДНИК		
1. Сок яблочный	200	84.4
2. Хлеб пшеничный	40	94
3. Сыр порционно	10	36.0
УЖИН		
1. Шницель рыбный	80	110.67
2. Картофельное пюре	150	137.25
3. Огурец консервированный	60	13.5
4. Чай с сахаром и лимоном	200	42.11
5. Хлеб ржаной	20	38
6. Хлеб пшеничный/ масло сливочное	30/10	70.5/56.6

МЕНЮ
6-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Макароны отварные с сыром	180	237.2
2. Какао с молоком	200	95.0
3. Хлеб пшеничный	20	47
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок	150	90
ОБЕД		
1. Суп картофельный с бобовыми и мясом	200	107.8
2. Картофель тушеный в соусе	150	186
3. Шницель	60	139
4. Салат из свеклы с солеными огурцами	60	52.44
5. Компот из свежих яблок	180	87.84
6. Хлеб ржаной	30	56.7
ПОЛДНИК		
1. Кефир	200	100
2. Хлеб пшеничный	30	70.5
3. Банан	100	90
УЖИН		
1. Суп молочный с крупой	150	102.3
2. Омлет натуральный	80	123.29
3. Хлеб пшеничный	30	70.5
4. Кисель	200	108.95
5. Хлеб ржаной	20	37.8

МЕНЮ

7-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Запеканка из творога	100	217.0
2. Чай с сахаром	200	42.11
3. Ряженка	180	91.2
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Банан	100	92
ОБЕД		
1. Борщ с капустой и картофелем с мясом и со сметаной	200	116
2. Плов из цыпленка - бройлера	150	283.57
3. Огурец консервированный	60	11.25
4. Компот из сухофруктов	200	49.02
5. Хлеб ржаной	50	87
6. Хлеб пшеничный	20	54
ПОЛДНИК		
1. Сок	200	120
2. Сдоба обыкновенная	50	141
УЖИН		
1. Капуста тушеная	150	97.8
2. Рыба отварная	45	36
3. Кисель	200	108.95
4. Хлеб пшеничный / Масло сливочное	20 /10	47 /56.6
5. Зефир	30	102

МЕНЮ

8-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Каша жидкая «Геркулес»	200	181.94
2. Чай с сахаром	200	42.11
3. Бутерброд с маслом	40	137.10
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок	150	90
ОБЕД		
1. Суп картофельный с клецками с мясом	200	90.4
2. Пирожок с рисом и яйцом	60	144
3. Котлета мясная	70	162.17
4. Салат из белокочанной капусты	60	52.44
5. Компот из сухофруктов	200	49.02
6. Хлеб ржаной	50	87
ПОЛДНИК		
1. Ряженка	200	101.3
2. Печенье	30	124.2
3. Хлеб пшеничный	20	47
УЖИН		
1. Печень говяжья по-строгановски	80	154.9
2. Салат из свеклы с соленым огурцом	60	52.44
3. Чай с сахаром	200	42.11
4. Бутерброд с маслом	30	102.83

МЕНЮ

9-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Пудинг из творога	100	209
2. Соус молочный сладкий	50	50.75
3. Какао с молоком	200	95
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Банан	100	92
ОБЕД		
1. Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	200	83.8
2. Картофельная запеканка с мясом	160	237
3. Кисель	200	108.95
4. Хлеб ржаной	50	87
5. Салат из свеклы с черносливом	60	78.9
ПОЛДНИК		
1. Сок	200	120
2. Сдоба обыкновенная	50	141
УЖИН		
1. Суфле из цыпленка бройлера	50	106.67
2. Каша перловая рассыпчатая	155	169
3. Бутерброд с сыром	45	139.0
4. Чай с сахаром	200	42.11

МЕНЮ

10-й день

	Выход готового блюда	
	Дошкольники	Ккал
ЗАВТРАК		
1. Каша гречневая молочная жидкая с маслом	200	207.50
2. Кофейный напиток с молоком	200	101.11
3. Хлеб пшеничный	20	47
ВТОРОЙ ЗАВТРАК		
Сок	150	90
ОБЕД		
1. Рассольник домашний на мясном бульоне	200	91.4
2. Макаронник с мясом	160	311
3. Соус сметанный	30	22.23
4. Компот из сухофруктов	200	49.02
5. Хлеб ржаной	50	94.5
6. Винегрет овощной	60	56.88
ПОЛДНИК		
1. Ряженка	200	101.33
2. Хлеб пшеничный	30	70.5
3. Повидло	20	50
УЖИН		
1. Рыба запеченная в омлете	80	112
2. Капуста тушеная	150	97.8
3. Какао с молоком	200	95.0
4. Бутерброд с маслом	40	137.10