

Примерное двадцатидневное меню для категории: Детсад 1 июля - 1 марта

1 неделя

"Утверждаю"

Руководитель Рыкманова О.Ю.

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	200	90(1)	Каша геркулесовая молочная	200	93	Каша "Дружба"	200/5	84	Каша кукурузная молочная	200/5	91	каша ячневая жидкая	200	99/1
Батон нарезной с маслом и сыром	40/9/1	337	Батон нарезной с повидлом	35/15	348	Батон нарезной с маслом	35/9	336	жидкая			Батон нарезной с маслом	35/9	336
Кофейный напиток с молоком	180	253	Чай с лимоном	180	260	Какао с молоком	180/249(1)		Батон нарезной с маслом и сыром	40/9/1	337	Какао с молоком	180/249(1)	
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			Кофейный напиток с молоком	180	253			
Кефир	180	251	Сок	180	399	Йогурт питьевой	180	251	Кефир	180	251	Йогурт питьевой	180	251
кондитерские изделия	30					кондитерские изделия	30					кондитерские изделия	30	
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Икра кабачковая порционная	60	328	Салат из свежих огурцов	60	15	Салат рыбный	60	31	Салат из моркови	60	9	Винегрет овощной	60	1
Свекольник со сметаной	250	34	Суп гороховый	250	36	Суп из рыб. консервы	250	369	Борщ со сметаной	250	27	Суп полевой	250	61
Бигус с отварным мясом	200	402	Картофельное пюре	180	206	Гречка рассыпчатая	130	186	Капуста тушеная	150	200	Плов овощной	180	105
Хлеб ржаной	50	01	Котлета куриная	70	178	Печень по строгановски	70/162(1)		Гуляш из говядины	80	152	Компот из сушеных плодов	180	239
Хлеб пшеничный	40	1(1)	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб пшеничный	40	1(1)	Хлеб пшеничный	40	1(1)	Хлеб пшеничный	35	1(1)
Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	233	Хлеб пшеничный	30	1(1)	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01
			Компот из смеси сухофруктов	180	241	Компот из апельсинов с яблоками	180	237	Напиток из шиповника	180	256			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Лакомка из творога	150	345	Винегрет овощной	90	1(1)	Суп молочный с макаронными изделиями	250	44	Сырники из творога	150	129	Омлет натуральный	100	110
Какао с молоком	180/249(1)		Рыба, запеченная в омлете	130	138				Фрукт	170		Салат из зеленого горошка	60	332
Фрукт	170		Хлеб пшеничный	10	1(1)	Хлеб пшеничный	10	1(1)	Булочка "Домашняя"	60	274	Хлеб пшеничный	10	1(1)
			Чай с сахаром	180	263	Шанежка с картофелем	80	296	Сок	180	399	Кофейный напиток с молоком	180	253
			Фрукт	170		Чай с лимоном	180	260						



Примерное двадцатидневное меню для категории: Детсад 1 июля - 1 марта 3 неделя "Утверждаю" Рукводитель Рыкманова О.Ю.

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Макаронные изделия отварные	150	194/1	Каша 5-ть злак.молочная	200	95	Каша манная молочная	200	90(1)	Каша пшеничная молочная	200	91	Каша кукурузная молочная	200/5	91
с сыром			Батон нарезной с маслом и	35/9/9	337	Батон нарезной с маслом	35/9	336	Батон нарезной с повидлом	40/15	348	жидкая		
Батон нарезной с повидлом	35/15	348	сыром			Какао с молоком	180/249(1)		Кофейный напиток с молоком	180	253	Батон нарезной с маслом и	30/9/9	337
Чай с лимоном	180	260	Кофейный напиток с молоком	180	253							сыром		
												Чай с молоком	180	262
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Сок	180	399	Кефир	180	251	Йогурт питьевой	180	251	Кефир	180	251	Йогурт питьевой	180	251
						кондитерские изделия	30		кондитерские изделия	30		кондитерские изделия	30	
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Икра кабачковая порционная	60	328	Салат витаминный	60	2	Салат из свежих огурцов	60	15	Салат из свежих помидоров	60	18	Салат из моркови и яблок	60	10
Суп гороховый	250	36	Суп картофельный с	250	38	Рассольник со сметаной	250	31	Суп из рыб.консервы	250	369	Борщ со сметаной	250	27
Картофельное пюре	180	206	макаронными изделиями			Овощи тушеные	130	0	Запеканка капустная с	200	154	Жаркое по-домашнему с курицей	220	361
Котлета из говядины	70	0	Рагу из овощей	150	77	Суфле из печени	70/5	171/1	говядиной			Хлеб пшеничный	35	1(1)
Хлеб пшеничный	35	1(1)	Котлета куриная	70	178	Хлеб пшеничный	30	1(1)	Хлеб пшеничный	40	1(1)	Хлеб ржаной	50	01
Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Компот из апельсинов с	180	237
Компот из смеси сухофруктов	180	241	Хлеб пшеничный	25	1(1)	Напиток из шиповника	180	256	Кисель из плодового или	180	233	яблоками		
			Кисель из плодового или	180	233				ягодного концентрата					
			ягодного концентрата											
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Лакомка из творога	180	345	Винегрет овощной	90	1(1)	Морковная запеканка	200	69	Творож.запеканка со	180/25	117	Омлет натуральный	100	110
Молоко кипяченое	180	255	Рыба, запеченная в омлете	130	138	Хлеб пшеничный	15	1(1)	сущ.молоком			Салат из зеленого горошка	60	332
Фрукт	170		Хлеб пшеничный	10	1(1)	Пирожок с картошкой	70	294	Какао с молоком	180/249(1)		Хлеб пшеничный (ужин)	15	1
Коржик молочный	70	279	Сок	180	399	Чай с сахаром	180	263				Фрукт	170	
												Кофейный напиток с молоком	180	253

