



Примерное двадцатидневное меню для категории: Ясли 1 июля - 1 марта 1 неделя "Утверждаю" Рыманова О.Ю. Руководитель

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша манная молочная	150	90(1)	Каша геркулесовая молочная	150	93	Каша "Дружба"	150/4	84	Каша кукурузная молочная	150/4	91	каша ячневая жидкая	150	99/1
Батон нарезной с маслом и сыром	30/7/7	337	Батон нарезной с повидлом	25/10	348	Батон нарезной с маслом	25/7	336	жидкая	25/7	336	Батон нарезной с маслом	25/7	336
Кофейный напиток с молоком	150	253	Чай с лимоном	150	260	Какао с молоком	150/249(1)		Батон нарезной с маслом и сыром	30/7/7	337	Какао с молоком	150/249(1)	
									Кофейный напиток с молоком	150	253			
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Кефир	150	251	Сок	150	399	Йогурт питьевой	150	251	Кефир	150	251	Йогурт питьевой	150	251
кондитерские изделия	10					кондитерские изделия	10					кондитерские изделия	10	
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Икра кабачковая порционная	45	328	Салат из свежих огурцов	45	15	Салат рыбный	45	31	Салат из моркови	45	9	Винегрет овощной	45	1
Свекольник со сметаной	150	34	Суп гороховый	150	36	Суп из рыб. консервы	150	369	Борщ со сметаной	150	27	Суп полевой	150	61
Бигус с отварным мясом	180	402	Картофельное пюре	150	206	Гречка рассыпчатая	110	186	Капуста тушеная	130	200	Плов овощной	150	105
Хлеб ржаной	40	01	Котлета куриная	60	178	Печень по строгановски	50/162(1)		Гуляш из говядины	70	152	Компот из сушеных плодов	150	239
Хлеб пшеничный	30	1(1)	Хлеб ржаной	40	01	Хлеб пшеничный	25	1(1)	Хлеб пшеничный	30	1(1)	Хлеб пшеничный	25	1(1)
Кисель из плодового или ягодного концентрата	150	233	Хлеб пшеничный	25	1(1)	Хлеб ржаной	40	01	Хлеб ржаной	40	01	Хлеб ржаной	40	01
			Компот из смеси сухофруктов	150	241	Компот из апельсина с яблоками	150	237	Напиток из шиповника	150	256			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Лакомка из творога	120	345	Винегрет овощной			Суп молочный с макаронными изделиями	200	44	Сырники из творога	130	129	Омлет натуральный	100	110
Какао с молоком	150/249(1)		Рыба, запеченная в омлете	110	138				Фрукт	170		Салат из зеленого горошка	45	332
Фрукт	170		Хлеб пшеничный	10	1(1)	Хлеб пшеничный	10	1(1)	Булочка "Домашняя"	50	274	Хлеб пшеничный	10	1(1)
			Чай с сахаром	150	263	Шанечка с картофелем	80	296	Сок	150	399	Кофейный напиток с молоком	150	253
			Фрукт	170		Чай с лимоном	150	260						

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

2 неделя

"Утверждаю"

Руководитель Рыманова 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	120	194/1	Каша пшенная молочная жидкая	150/4	96	Каша рисовая молочная жидкая	150/4	98	Каша пшенная молочная	150	91	Каша геркулесовая молочная	150	93
с сыром	25/10	348	Батон нарезной с маслом и	25/7/7	337	Батон нарезной с маслом	30/7	336	Батон нарезной с повидлом	25/10	348	Батон нарезной с маслом и	25/7/7	337
Батон нарезной с повидлом	150	260	сыром			Какао с молоком	150/249(1)		Кофейный напиток с молоком	150	253	сыром		
Чай с лимоном	150	260	Кофейный напиток с молоком	150	253							Какао с молоком	150/249(1)	
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Сок	150	399	Кефир	150	251	Йогурт питьевой	150	251	Кефир	150	251	Йогурт питьевой	150	251
кондитерские изделия	10					кондитерские изделия	10					кондитерские изделия	10	
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
салат из свеклы с черносливом	45	20	Салат из моркови и яблок	45	10	Салат из белокочанной	45	6	Салат из свежих помидоров	45	18	Салат из моркови	45	9
Щи со сметаной	150	56	Борщ со сметаной	150	27	капусты с яблоками	150		Суп овощ с зелен. горош со	150	60	Свекольник со сметаной	150	34
Сложный гарнир	120	395	Рагу из овощей	120	77	Рассольник со сметаной	150	31	сметаной	190	153	Бигус с курицей	180	401
Азу по-татарски с мясом	70	362	Суфле из кур	60	183	Макаронные изделия отварные	120	194	Жаркое по-домашнему	25	1(1)	Хлеб ржаной	40	01
Хлеб пшеничный	25	1(1)	Хлеб пшеничный	25	1(1)	Печень по строгановски	50/162(1)		Хлеб пшеничный	25	1(1)	Хлеб пшеничный	25	1(1)
Хлеб ржаной	40	01	Хлеб ржаной	40	01	Хлеб пшеничный	30	1(1)	Хлеб ржаной	40	01	Компот из свежих яблок	150	240
Компот из смеси сухофруктов	150	241	Кисель из плодового или	150	233	Хлеб ржаной	40	01	Кисель из плодового или	150	233			
			ягодного концентрата			Напиток из шиповника	150	256	ягодного концентрата					
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Суп молочный с крупой	150	43	Рыба запечен.с	170	141	Творог, запеканка с	120/40	117	Омлет натуральный	100	110	Картофель отварной	100	204
Хлеб пшеничный	10	1(1)	картофель по-русски			кисел.подливкой			Винегрет овощной	75	1(1)	Огурец соленый порционный	45	330
Ватрушка с творогом	70	289	Хлеб пшеничный	10	1(1)	фрукт	170		Хлеб пшеничный	10	1(1)	Булочка "Российская"	60	276
Какао с молоком	150/249(1)		Булочка "Домашняя"	50	274	Чай с молоком	150	262	Сок	150	0	Хлеб пшеничный	10	1(1)
			Сок	150	0							Чай с лимоном	150	260



Руководитель Рыманова О.Ю.

"Утверждаю"

3 недели

1 июля - 1 марта

Примерное двадцатидневное меню для категории: Ясли

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Макаронные изделия отварные	120	194/1	Каша 5-ть злак.молочная	150	95	Каша манная молочная	150	90(1)	Каша пшеничная молочная	150	91	Каша кукурузная молочная	150/4	91
с сыром			Батон нарезной с маслом и сыром	25/7/7	337	Батон нарезной с маслом	25/7	336	Батон нарезной с повидлом	30/10	348	жидкая		
Батон нарезной с повидлом	25/10	348				Какао с молоком	150/249(1)		Кофейный напиток с молоком	150	253	Батон нарезной с маслом и сыром	25/7/7	337
Чай с лимоном	150	260	Кофейный напиток с молоком	150	253							сыром		
												чай с молоком	150	262
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Сок	150	399	Кефир	150	251	Йогурт питьевой	150	251	Кефир	150	251	Йогурт питьевой	150	251
						кондитерские изделия	10		кондитерские изделия	10		кондитерские изделия	10	
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Икра кабачковая порционная	45	328	Салат витаминный	45	2	Салат из свежих огурцов	45	15	Салат из свежих помидоров	45	18	Салат из моркови и яблок	45	10
Суп гороховый	150	36	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	38	Рассольник со сметаной	150	31	Суп из рыб.консервы	150	369	Борщ со сметаной	150	27
Картофельное пюре	150	206				Овощи тушеные	120	0	Запеканка капустная с говядиной	180	154	Жаркое по-домашнему с курицей	180	361
Котлета из говядины	60	0	Рагу из овощей	120	77	Суфле из печени	60/5	171/1				Хлеб пшеничный	20	1(1)
Хлеб пшеничный	25	1(1)	Котлета куриная	60	178	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	30	1(1)	Хлеб ржаной	40	01
Хлеб ржаной	40	01	Хлеб ржаной	40	01	Хлеб ржаной	40	01	Хлеб ржаной	40	01	Компот из апельсинов с яблоками	150	237
Компот из смеси сухофруктов	150	241	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Напиток из шиповника	150	256	Кисель из плодового или ягодного концентрата	150	233			
			Кисель из плодового или ягодного концентрата	150	233									
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Лакомка из творога	150	345	Винегрет овощной	75	1(1)	Морковная запеканка	150	69	Творож.запеканка со сгущ.молоком	150/20	117	Омлет натуральный	100	110
Молоко кипяченое	150	255	Рыба, запеченная в омлете	110	138	Хлеб пшеничный	15	1(1)				Салат из зеленого горошка	45	332
Фрукт	170		Хлеб пшеничный	10	1(1)	Пирожок с картошкой	70	294	Какао с молоком	150/249(1)		Хлеб пшеничный (ужин)	15	1
Коржик молочный	60	279	Сок	150	399	чай с сахаром	150	263				Фрукт	170	
												Кофейный напиток с молоком	150	253

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

4 неделя

Руководитель Рыкманова О.Ю. "Утверждаю"

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша гречневая вязкая на молоке	150/4	86	Каша "Здоровье"	150	390	каша ячневая жидкая	150	99/1	Каша 3-злаковая	150	0	Каша "Дружба"	150/4	84
Батон нарезной с повидлом	20/10	348	Батон нарезной с маслом и сыром	20/7/7	337	Батон нарезной с маслом	30/7	336	Батон нарезной с повидлом	25/10	348	Батон нарезной с маслом и сыром	25/7/7	337
Чай с сахаром	150	263	Кофейный напиток с молоком	150	253	Какао с молоком	150/249(1)		Кофейный напиток с молоком	150	253	Какао с молоком	150/249(1)	
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Сок	150	399	Кефир	150	251	Йогурт питьевой	150	251	Кефир	150	251	Йогурт питьевой	150	251
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Салат зимний	45	3	Салат из яблок с черносливом	45	30	Салат из свеклы и яблок	45	326	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	45	5	Салат витаминный	45	2
Суп полевой	150	61	Свекольник со сметаной	150	34	Щи со сметаной	150	56	Суп овощ с зелен. горош со сметаной	150	60	Рассольник со сметаной	150	31
Рагу из овощей	120	77	Макаронные изделия отварные	120	194	Сложный гарнир	120	395	Суп овощ с зелен. горош со сметаной	150	60	Голубцы с мясом и рисом	180	151
Котлета из говядины	60/161(1)		Суфле из кур	60	183	Гуляш из говядины	70	152	Картофельное пюре	150	206	Хлеб пшеничный	20	1(1)
Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	30	1(1)	Печень по строгановски	40	01	Хлеб ржаной	40	01
Хлеб ржаной	40	01	Хлеб ржаной	40	01	Хлеб ржаной	40	01	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Компот из свежих яблок	150	240
Компот из смеси сухофруктов	150	241	Кисель из плодового или ягодного концентрата	150	233	Компот из апельсина с яблоками	150	237	Хлеб ржаной	40	01	Компот из свежих яблок	150	240
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Суп молочный с крупой	150	43	Котлеты рыбные	60/5	134	Пудинг из творога запеченный	100	128	Запеканка капустная	150	61	Картофельное пюре	150/206(1)	
Хлеб пшеничный	10	1(1)	Картофельное пюре	150	206	Пирожок с капустой	70	294	Хлеб пшеничный	15	1(1)	Огулец соленный порционный	45	330
Булочка "Домашняя"	50	274	Хлеб пшеничный	10	1(1)	Сок	150	0	Ватрушка с творогом	70	289	Хлеб пшеничный	15	1(1)
Какао с молоком	150/249(1)		Чай с сахаром	150	263				Чай с лимоном	150	260	Чай с сахаром	150	263
			Фрукт	170					Фрукт			Фрукт	170	