

Примерное двадцатидневное меню для категории: Дошкольного возраста 1 июля - 1 марта 2

1 неделя

"Утверждаю"

Руководитель Рыжманова О.Ю.

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша манная молочная	200	90(1)	Каша геркулесовая молочная	200	93	Каша "Дружба"	200/5	84	Каша кукурузная молочная	200/5	11-16	Каша 3-злаковая	200	0
Кофейный напиток с молоком	180	253	Батон нарезной с повидлом	35/15	348	Батон нарезной с маслом	35/9	336	жидкая	180	253	Батон нарезной с маслом	35/9	336
Батон нарезной с маслом	40/9	336	Яйцо отварное	0,5	VIII2	Какао с молоком	180	249(1)	Кофейный напиток с молоком	180	253	Какао с молоком	180	249(1)
			Чай с лимоном	180	260				Батон нарезной с повидлом	40/15	348			
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>		
Кефир	180	251	Сок	180	399	Снежинка	180	251	Кефир	180	251	Снежинка	180	251
						Кондитерские изделия	30					Кондитерские изделия	30	
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Икра кабачковая порционная	50	328	Салат из свежих огурцов	50	15	Салат рыбный	50	31	Салат из моркови	50	9	Винегрет овощной	50	1
Свекольник со сметаной	200	34	Суп гороховый	200	0	Суп из рыб. консервы	200	369	Суп "Кудрявый"	200	347	Суп полевой	200	61
Бигус с отварной свиной	200	402	Картофельное пюре	180	206	Гречка рассыпчатая	150	186	Капуста тушеная	130	0	Горошница	130/3	356
Хлеб пшеничный	30	1(1)	Котлета куриная	80	0	Суфле из печени	80/5	171/1	Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	80	11	Печень по строгановски	80	162(1)
Хлеб ржаной	50	01	Хлеб пшеничный	30	1(1)	Хлеб пшеничный	25	1(1)	Хлеб пшеничный	25	1(1)	Хлеб пшеничный	25	1(1)
Кисель из плодового или	180	233	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01
ягодного концентрата			Компот из смеси сухофруктов	180	241	Чай с сахаром	180	263	Напиток из шиповника	180	256	Компот из сушеных плодов	180	239
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Лакомка из творога	150	VIII2	Винегрет овощной	90	1	Суп молочный с макаронными	200	44	Сырники из творога	150	129	Капуста тушеная (ужин)	200	200
Какао с молоком	180	249(1)	Рыба, запеченная в омлете	220	138	изделиями	170		Фрукт	170		Яйцо отварное	1	VIII2
Коржик молочный	70	279	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	0	Сок	180	399	Кофейный напиток с молоком	180	253
						Чай с лимоном	180	260						

Примерное двадцатидневное меню для категории: Дошкольного возраста 1 июля - 1 марта 2

2 недели

Руководитель Рыкманова О.Ю. "Утверждаю"



Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
<b>ЗАВТРАК</b>	150	194/1	<b>ЗАВТРАК</b>	100	110	<b>ЗАВТРАК</b>	200/5	98	<b>ЗАВТРАК</b>	200	91	<b>ЗАВТРАК</b>	200	93
Макаронные изделия отварные с сыром	35/15	348	Омлет натуральный	180	253	Каша рисовая молочная жидкая	40/15	348	Каша пшеничная молочная	35/9	336	Каша геркулесовая молочная	35/15	348
Батон нарезной с повидлом	180	260	Кофейный напиток с молоком	35/9	336	Батон нарезной с повидлом	180	249(1)	Батон нарезной с маслом	180	253	Батон нарезной с повидлом	180	249(1)
Чай с лимоном			Батон нарезной с маслом			Какао с молоком			Кофейный напиток с молоком			Какао с молоком		
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок	180	399	Кефир	180	251	Снежинка	180	251	Кефир	180	251	Снежинка	180	251
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			Кондитерские изделия	30		Кондитерские изделия			Кондитерские изделия	30	
салат из свеклы с черносливом	50	20	Салат из моркови и яблок	50	10	<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Щи со сметаной	200	56	Борщ со сметаной	200	27	Салат из белокочанной капусты с яблоками	50	6	Салат из свежих помидоров	50	18	Салат из моркови	50	9
Сложный гарнир	130	395	Рагу из овощей	150	IV-8	Рассольник со сметаной		31	Суп овощ с зелен.горош.со сметаной	200	60	Суп гороховый	200	0
Азу по-татарски со свиной	80	362	Котлета "Затейники" из свинины	80	P283	Макаронные изделия отварные	130	194	Жаркое по-домашнему			Плов из отварной свинины	200	163
Хлеб пшеничный	30	1(1)	Хлеб пшеничный	40	1(1)	Печень по строгановски	80	162(1)	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	20	1(1)
Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01
Компот из смеси сухофруктов	180	241	Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	233	Хлеб ржаной	50	01	Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	233	Чай с сахаром	180	263
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			Напиток из шиповника	180	256	ягодного концентрата			<b>ПОЛДНИК</b>		
Суп молочный с крупой	200	43	Рыба запечен.с	220	141	<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Хлеб пшеничный	10	1(1)	картофель.по-русски			Творож.запеканка с кисел.подливкой	180/50	117	Омлет натуральный	100	110	Рагу из овощей	140	IV-8
Ватрушка с творогом	70	289	Хлеб пшеничный	10	1(1)	Чай с молоком	180	262	Винегрет овощной	90	1	Ябло.отварное	0,5	VIIIБ2
Какао с молоком	180	249(1)	Сок	180	399	Фрукт	170		Хлеб пшеничный	10	1(1)	Хлеб пшеничный	10	1(1)
									Сок	180	399	Чай с лимоном	180	260

Примерное двадцатидневное меню для категории: Дошкольного возраста 1 июля - 1 марта 2

3 недели

"Утверждаю"  
Рыкманова О.Ю.

Руководитель

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>		
Макаронные изделия отварные с сыром	150	194/1	Каша 5-ть злак.молочная	200	95	Каша пшеничная молочная жидкая	200/5	11-9	Каша пшеничная молочная	200	91	Каша кукурузная молочная	200/5	11-16
Батон нарезной с маслом	35/9	336	Батон нарезной с повидлом	35/15	348	Батон нарезной с маслом	35/9	336	Батон нарезной с повидлом	40/15	348	жидкая		
Чай с лимоном	180	260	Кофейный напиток с молоком	180	253	Какао с молоком	180	249(1)	Кофейный напиток с молоком	180	253	Батон нарезной с маслом	35/9	336
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			Чай с молоком	180	262
Сок	180	399	Кефир	180	251	Снежинка	180	251	Кефир	180	251	Снежинка	180	251
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			Кондитерские изделия	30	
Икра кабачковая порционная	50	328	Салат витаминный	50	2	Салат из свежих огурцов	50	15	Салат из свежих помидоров	50	18	Салат из моркови и яблок	50	10
Свекольник со сметаной	200	34	Суп "Кудрявый"	200	347	Рассольник со сметаной	200	31	Борщ со сметаной	200	27	Суп из рыб.консервы	200	369
Картофельное пюре	180	206	Рагу из овощей	150	IV-8	Овощи тушеные	130	0	Залепанка капустная с мясом	200	154	Жаркое по-домашнему с курицей	220	361
Печень по строгановски	80	162(1)	Котлета "Затейники" из свинины	80	P283	Суфле из печени	80/5	171/1	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	20	1(1)
Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01
Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Кисель из плодового или	180	233	Чай с сахаром	180	263
Компот из смеси сухофруктов	180	241	Кисель из плодового или	180	233	Напиток из шиповника	180	256	ягодного концентрата					
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>		
Лакомка из творога	180	VIII A2	Винегрет овощной	90	1	Макаронник	180/4	103	Творож.залепанка со	180/25	117	Омлет натуральный	100	110
Молоко кипяченое	180	255	Рыба, запеченная в омлете	220	138	Хлеб пшеничный	15	1(1)	стущ.молоком			Салат из зеленого горошка	60	332
Коржик молочный	70	279	Хлеб пшеничный	10	1(1)	Чай с сахаром	180	263	Какао с молоком	180	249(1)	Хлеб пшеничный (ужин)	15	1
			Сок	180	399							Кофейный напиток с молоком	180	253
												Фрукт	170	

Примерное двадцатидневное меню для категории: Дошкольного возраста 1 июля - 1 марта 2

4 недели

"Утверждаю"  
Рыкманова О.Ю.

Руководитель

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>			<b>ЗАВТРАК</b>		
Каша гречневая вязкая на молоке	200/5	86	Каша "Здоровье"	200	390	Каша ячневая жидкая	200	99/1	Омлет натуральный	100	110	Каша "Дружба"	200/5	84
Батон нарезной с повидлом	35/15	348	Батон нарезной с маслом	35/9	336	Батон нарезной с повидлом	40/15	348	Батон нарезной с маслом	35/9	336	Какао с молоком	180	249(1)
Чай с сахаром	180	263	Кофейный напиток с молоком	180	253	Какао с молоком	180	249(1)	Кофейный напиток с молоком	180	253	Батон нарезной с повидлом	35/15	348
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>10 ЧАСОВ</b>		
Сок	180	399	Кефир	180	251	Снежинка	180	251	Кефир	180	251	Снежинка	180	251
<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>			<b>ОБЕД</b>		
Салат зимний	50	3	Салат из яблок с черносливом	50	30	Салат из свеклы и яблок	50	326	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	50	5	Салат витаминный	50	2
Суп "Кудрявый"	200	347	Свекольник со сметаной	200	34	Щи со сметаной	200	56	Суп овощ с зелен. горош. со сметаной	200	60	Рассольник со сметаной	200	31
Рагу из овощей	150	IV-8	Макаронные изделия отварные	130	194	Сложный гарнир	130	395	Голубцы со свиной и рисом	200		Голубцы со свиной и рисом	200	151
Котлета "Затейники" из свинины	80	P283	Суфле из кур	80	0	Гуляш "ОБЖОРКА" из свинины	80	НПТ 15	Картофельное пюре	180	206	Хлеб пшеничный	20	1(1)
Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Печень по строгановски	80	162(1)	Хлеб ржаной	50	01
Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб ржаной	50	01	Хлеб пшеничный	20	1(1)	Компот из смеси сухофруктов	180	241
Компот из смеси сухофруктов	180	241	Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	233	Чай с сахаром	180	263	Хлеб ржаной	50	01			
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			<b>ПОЛДНИК</b>			Напиток из шиповника	180	256	<b>ПОЛДНИК</b>		
Суп молочный с крупой	200	43	Картофельное пюре	180	206	Пудинг из творога запеченный	110	128	Капуста тушеная (ужин)	210	0	Картофельное пюре	180	206
Хлеб пшеничный	10	1(1)	Котлета рыбная	80/5	134	Пирожок с капустой	70	0	Хлеб пшеничный	15	1(1)	Ябло отварное	1	VIII2
Булочка "Домашняя"	60	274	Хлеб пшеничный	10	1(1)	Сок	180	399	Ватрушка с творогом	70	289	Хлеб пшеничный	15	1(1)
Какао с молоком	180	249(1)	Чай с сахаром	180	263				Чай с лимоном	180	260	Чай с сахаром	180	263
									Фрукт				170	