Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню ПОНЕДЕЛЬНИК 1** |  | **Меню ВТОРНИК 1** |
| **Завтрак**1. Каша молочная манная жидкая 150/1802. Кофейный напиток 180/1803.Сдоба здоровье 20/304.Масло порциями 8/10 | **Завтрак**1. Каша молочная из хлопьев овсяных «геркулес» жидкая 150/1802. Чай с сахаром 180 / 1803. Хлеб пшеничный йодированный 20/304.Сыр 10/10  |
| **Обед**1. Суп с макаронными изделиями и курой 150/10 200/102 Биточек нежный 50/503.Капуста тушеная 100/130 4.Кукуруза прогретая 15/204. Напиток из шиповника с изюмом 150/150 6 Хлеб ржано – пшеничный 36/45 | **Обед**1 Суп из овощей с мясом и сметаной150/10 200/102 Суфле рыбное 80/903.Картофельное пюре 100/1204.Огурец свежий 15/20 5. Напиток из кураги 150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45  |
| **Полдник**1. Кефир 180/2002. Кондитерское изделие без крема (домашнее) 25/50 | **Полдник** 1. Снежок 180/200
2. Кондитерское изделие без крема (домашнее) 25/50
 |
|  **Ужин**1. Тефтели рыбные с соусом60/40 90/502. Рис отварной 100/1103. Чай с сахаром 180/1804. Хлеб пшенич. иодир.20/20 5. Слива 2шт. 100/100 | **Ужин**1. Запеканка из творога 110/140
2. Соус молочный сладкий 25/30
3. Чай с низким содержанием сахара 150/180
4. Хлеб пшеничный йодированный 20/35

5 Персик 1шт.100/100  |

5

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню СРЕДА 1** |  | **Меню ЧЕТВЕРГ 1** |
|  |  |
| **Завтрак**1. Каша молочная рисовая жидкая 150/1802.Какао с молоком 180/1803.Хлеб пшеничный иодированный 20/304. Масло порциями 8/10 | **Завтрак** **1. К**аша молочная ячневая жидкая 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803.Хлеб пшеничный йодированный 20/304 Масло порциями 8/10  |
|  **ОБЕД**1.Суп картофельный рыбный 170/2252. Гуляш из мяса птицы 30/30 45/45 3.Каша гречневая рассыпчатая 70/1004 Помидор свежий 25/25 5. Напиток из апельсинов 150/1506. Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |  **Обед**1. Суп картофельный с фасолью на мясном бульоне 150/2002.Бефстроганов из отварной говядины 35/35 35/353.Макаронные изделия отварные 70/1104. Морковь припущенная в слив. масле 20/254.Напиток из сухофруктов 150/1506. Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1 Сок 150/2002 Плюшка российская 50/50 | **Полдник**1 Кефир 150/2002Гренка с сыром50/50 |
| **Ужин**1.Жаркое по домашнему 200/2502.Чай с сахаром 180/1804.Хлеб пшенич. йодир 20/20 | **Ужин**1.Пудинг из творога 110/1402.Соус сметанный сладкий 25/303.Чай с низким содержанием сахара 150/1505.Хлеб пшен. Иодир 20/306. Нектарин 2 шт. 100/100 |

Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню ПЯТНИЦА 1** |  | **Меню ПОНЕДЕЛЬНИК 2** |
| **Завтрак**1. Каша «Дружба « молочная жидкая 150/1802.Чай с сахаром 180/1803 Хлеб пшеничный йодированный 20/304 Масло порц. 8/105.Яйцо вареное 40/40 | **Завтрак**1.Каша молочная из хлопьев овсяных «геркулес» жидкая 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803. Сдоба » Здоровье « 20/304. Масло порциями 8/10 |
|  **ОБЕД**1 Свекольник с мясом и сметаной 150/10 200/10 2 Голубцы с мясом из говядины ( ленивые) 120/30 150/503. Огурец свежий 15/204 Компот из яблок 150/1805.Хлеб ржано- пшеничный 36/45  | **Обед** 1 Суп картофельный с горохом 150/200 2.Гуляш из рыбы 50/50 50/503.Рис отварной 70/1004.Огурец свежий 15/205.Напиток из сухофруктов 150/1506. Хлеб ржано – пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1 Молоко кипяченое 150/2002 Ватрушка с джемом 50/50 | **Полдник**1.Кефир 180/2002.Кондитерское изделие без крема (дорожное) 25/50 |
| **Ужин**1.Котлета « Волжанка « 50/502 Картофельное пюре 100/1203.Чай с сахаром 150/1804. Хлеб пшенич. йодир 20/355. Слива 2 шт. 100/100 | **Ужин**1.Пудинг из творога 110/1402.Соус молочный сладкий 25/303.Чай с низким содержанием сахара 150/1504.Хлеб пшеничн. иодир.20/305.Персик 1шт. 100/100 |

Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева

Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню ВТОРНИК 2** |  | **Меню среда 2** |
| **Завтрак**1. Каша молочная пшенная жидкая 150/1802.Чай с сахаром 180/1803.Хлеб пшеничный йодир. 25/254. Масло порциями ясли 85. Сыр сад 15 | **Завтрак**1.Каша молочная манная жидкая 150/1802.Чай с сахаром, молоком 180/1803.Хлеб пшеничный йодир 20/254.Масло порциями 8 ясли 5.Яйцо вареное сад 40  |
|  **ОБЕД**1 Рассольник Ленинградский с курой и сметаной 150/10 200/102.Печень по –строгановски 40/40 40/403.Каша гречневая рассыпчатая70/1004.Помидор свежий 25/255.Напиток из апельсинов 150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |  **Обед**1 Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной 150/2002.Гуляш « Болоньез» 70/803.Макаронные изделия отварные 70/1104. Кукруза прогретая 15/205..Напиток из шиповника с изюмом 150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Кисломолочные напитки ( снежок ) 150/2002 Манник 50/50 | **Полдник**1.Молоко кипяченое 150/202. Плюшка российская 50/50 |
| **Ужин**1 Тефтели сочные 70/50 70/502.Картофельное пюре 100/1203.Чай с сахаром 180/1804. Хлеб пшенич. йодир 20/30 | **Ужин**1 Рыба запеченая в сметанном соусе 80/802 Картофель тушеный 100/1203.Чай с сахаром 180/1804.Хлеб пшеничный 20/305 Слива 2 шт. 100/100 |

Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева

Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню четверг 2** |  | **Меню пятница 2** |
| **Завтрак**1. Каша молочная пшеничная жидкая 150/1802.Какао с молоком 180/1803.Хлеб пшеничн. йод 20/304. Масло порциями 8/10 | **Завтрак**1.Суп молочный с макаронными изделиями 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803.Хлеб пшеничный йодир 20/304.Масло порциями 8/10 |
| **ОБЕД**1.Суп картофельный с яйцом , мясом и сметаной 150/10 200/10 2.Биточек мяса кур 50/503.Капуста тушеная 100/120 4. Огурец свежий 15/204.Компотиз яблок 150/1805.Хлеб ржано-пшеничн 36/45 |  **Обед**1.Суп овощной « Мозаика « с мясом 150/10 200/102.Котлета «Волжанка» 50/503 Картофельное пюре 100/1204.Помидор свежий 25/255. Напиток из плодов или ягод сушеных (яблоки)150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Кефир 150/200 2.Сдоба обыкновенная 50/50 | **Полдник**1.Кисломолоч. продукт ( снежок ) 150/2002.Кондитерское изделие без крема (вечернее) 25/50 |
| **Ужин**1.Гуляш из говядины 30/30 40/40 2.Рис с овощами 80/1403.Чай с сахаром 180/2004. Хлеб пшенич. йодир 20/305.Персик 1шт. 100/100 | **Ужин**1.Запеканка из творога 110/1402 Соус сметанный сладкий 25/303.Чай с низким содержанием сахара150/180 5. Хлеб пшеничн. йод 20/306. Нектарин 2шт,100/100. |

Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню понедельник 3** |  | **Меню вторник 3** |
|  **Завтрак**1. Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803. Сдоба «здоровье » 20/304. Масло порциями 8 /10 | **Завтрак**1.Каша молочная жидкая «дружба» 150/1802.Чай с сахаром 180/1803.Хлеб пшеничный йодир 20/304.Масло порциями 8/10  |
| **ОБЕД**1.Суп с макаронными изделиями и курой 150/10 200/102.Тефтели мясные « Сочные»70/50 70/503.Каша гречневая рассыпч 70/1004.Помидор свежий 25/255. Напиток из кураги 150/1506.Хлеб ржано-пш 36/45 |  **Обед**1.Борщ из св,капусты с картофелем и сметаной 150/2002.Пудинг рыбный запеченый с молочным соусом 60/30 90/303.Картофельное пюре 100/1204. Огурец свежий 15/205.Напиток из сухофруктов 150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Кисломолочные напитки (кефир) 180/2002.Кондитерское изделие без крема «домашнее» 25/50 | **Полдник**1.Молоко кипяченое 150/2002 Гренка с сыром 50/50 |
| **Ужин**1.Пудинг из творога 110/1402.Соус фруктовый 25/303.Чай с низким сод сахара 150/1504. Хлеб пшенич. йодир 20/305.Яблоко 130гр. | **Ужин**1.Биточек Нежный 50/502.Рагу из овощей 100/1203.Чай с сахаром 150/1804. Хлеб пш йод 20/255 Слива 2 шт,100/100 |

Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева Утверждаю\_\_\_\_\_\_\_\_Н.А. Асеева

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню четверг 3** |  | **Меню пятница 3** |
|  **Завтрак**1.Каща молочная пшенная жидкая150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803.Хлеб пшеничный йодир. 20/304.Масло порц. 8/10 | **Завтрак**1.Каша молочная жидкая пшеничная 150/1802.Чай с сахаром и молоком 180/1803.Хлеб пшеничный йодир 20/304.Яйуо вареное 40/40  |
| ОБЕД1.Суп картофельный с рыбными консервами 170/2252.Тефтели « Крепыш « из мяса кур 40/40 403.Рис радужный 70/1004.Помидор свежий 25/255.Напиток из шиповника с изюмом 150/1806.Хлеб ржано пшеничн. 36/45 |  **Обед**1.Суп картофельный с мясными фрикадельками 150/10 200/202.Азу из говядины 35/35 35/353.Макаронные изделия 70/1204. Огурец свежий 15/205.Напиток из сухофруктов 150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Чай с сахаром 150/2002.Ватрушка с творогом 50/50 | **Полдник**1.Кисломолочные напитки (кефир) 150/2002 Манник 50/50 |
| **Ужин**1. Жаркое по-домашнему 200/250
2. Чай с сахаром 180/180
3. Хлеб пшеничный йодированный 20/30
 | **Ужин**1.Котлета «Волжанка» 50/502.Картофельное пюре 100/1203.Чай с сахаром 150/2004. Хлеб пш йод 20/305 Слива 2 шт,100/100 |