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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню ПОНЕДЕЛЬНИК 1** |  | **Меню ВТОРНИК 1** |
| **Завтрак**1. Каша молочная манная жидкая 150/1802. Кофейный напиток на молоке 180/1803. Сдоба «здоровье» 25/254.Масло порциями 10/105. Сыр порциями 10/12 | **Завтрак**1. Каша молочная из хлопьев овсяных «геркулес» жидкая 150/1802. Чай с сахаром, молоко 180/1803. Хлеб пшеничный йодированный 25/354. Масло порциями 8/10  |
| **Обед**1. Суп с макаронными изделиями и курой 150/10 200/102. Биточек мясной 50/503.Капуста тушеная 100/1504. Кукуруза протертая 15/205 Напиток из шиповника с изюмом 150/150 6 Хлеб ржано – пшеничный 36/45 | **Обед**1. Борщ с капустой,картоф,мясом,сметаной 150/10; 200/10 2. Пюре картофельное 120 /1503. Суфле рыбное 80/904. Зеленый горошек протёртый 15/205.Компот из свежих плодов (вишня)150/1506. Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Сок 180/2002. Кондитерское изделие без крема (дорожное) 25/50 | **Полдник**1. Кисломолочный продукт (кефир)150/200
2. Кондит.изделие без крема (пряник ) 50/50
 |
| **Ужин**1. Тефтели с рыбным соусом 60/40 90/502. Рис с овощами 100/1103. Чай с сахаром 180/1804. Хлеб пшенич. иодир. 20/25  | **Ужин**1. Запеканка из творога 110/1402. Соус молочный (сладкий) 25/303 .Чай с низким сод. сахара 150/1804. Хлеб пшеничный йодированный 20/305. Мандарин 100 гр |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню СРЕДА 1** |  | **Меню ЧЕТВЕРГ 1**  |
|  |  |
| **Завтрак**1. Каша молочная рисовая жидкая 150/1802.Какао с молоком 180/1803.Хлеб пшеничный иодированный 25/354. Масло порциями 8/105. Сыр порциями 10 сад | **Завтрак** **1. К**аша молочная ячневая жидкая 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803.хлеб пшеничный иодир. 20/304.масло порциями 8/10  |
|  **ОБЕД**1. Суп картофельный рыбный 150/20 200/25 2. Фрикадельки из мяса птицы50/30 50/303.Каша гречневая рассыпчатая 70/1004. Икра свекольная 20/355. Компот из компотной смеси 150/1506. Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |  **Обед**1. Суп картофельный с горохом на мясном бульоне 150/2002.Бефстроганов из отв. говядины 35/35 35/353.Макаронные изделия отварные 70/1104.Морковь припущенная в слив.масле 20/255.Напиток из подов или ягод сушеных (яблоки) 150/1506. Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Молоко кипяченое 150/2002.Выпечное изделие булочка ванил. 50/50 | **Полдник**1.Кисломолоч. продукт(снежок) 150/2002.Ватрушка с джемом 50/50 |
| **Ужин**1.Рагу овощное с мясом 200/2502.чай с сахаром 180/1804. хлеб пшенич. йодир 20/30  | **Ужин**1.Пудинг из творога 110/1402.Соус фруктовый 25/303.Чай с низким сод сахара 150/150 5.Хлеб пшен. иодир.20/256.Яблоко 130 гр. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню ПЯТНИЦА 1** |  | **Меню ПОНЕДЕЛЬНИК 2** |
| **Завтрак**1. Каша молочная жидкая «Дружба» 150/1802.Чай с сахаром 180/1803.Хлеб пшеничный иодированный 25/354. Масло порциями 8/10  5. Яйцо вареное 40/40 | **Завтрак**1.Каша молочная из хлопьев овсяных «геркулес» жидкая 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803.Сдоба «здоровье» 25/304.Масло порциями 8/ 10  |
|  **ОБЕД**1.Свекольник со сметаной 150/2002.Голубцы с мясом из говядины (ленивые)120/30 150/503. Огурец соленый 15/204.напиток из черной смородины 150/1505.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 | **Обед** 1. Рассольник Ленинградский с курой сметаной 150/10 200/10 2.Рыба тушеная в томате с овощами 50/50 50/503.Рис отварной 70/1004.Кукуруза протертая 15/205.Напиток из сухофруктов150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Кисломолочный продукт (кефир) 180/2002Кондитерское изд.без крема (вечернее)25/50 | **Полдник**1.Кисломолоч. продукт(снежок) 180/2002.Кондитерское изделие без крема (дорожное) 25/50 |
| **Ужин**1.Котлета «волжанка» 50/502.Пюре картофельное 120/1503.Чай с сахаром сад 1804. Хлеб пшенич. йодир 20/35 5Груша 130 гр | **Ужин**1.Пудинг из творога 110/1402.Соус молочный сладкий 25/303.Чай с сахаром 150/1504.Хлеб пш. иодир.20/355. Яблоко 130гр. |

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 и молоком 180/1803.Хлеб пшеничный йодир. 20/354. Масло порциями ясли 85. Сыр 10 сад | **Завтрак**1.Каша молочная гречневая вязкая 150/1802.Какао с молоком 180/1803.Хлеб пшеничный йодир 25/354.Масло порциями 8/10  |
|  **ОБЕД**1 Борщ из св. капусты с картофелем и сметаной 150 2002.Запеканка из печени с рисом 150/1503.Соус сметанный 30/304.Икра свекольная 20/355. Напиток из черной смородины 150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |  **Обед**1Суп картофельный с зеленым горошком и мясом 150/10 200/102.Биточек из мяса кур 50/50 3.Макаронные изделия отварные 70/1204.Морковь припущенная в сл масле 20/255.Напиток из шиповника с изюмом 150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Кисломолочные напитки (кефир) 150/2002.Выпечное изд булочка ванильн 50/50 | **Полдник**1.Кисломолоч. продукт(снежок) 150/2002.Плюшка российская 50/50 |
| **Ужин**1.Котлета «Волжанка» 50/502.Картофельное пюре120/1503.Чай с сахаром 150/1804. Хлеб пшенич. йодир 20/355 Мандарин 100 гр. | **Ужин**1.Рагу овощное с мясом 200/2502.Чай с сахаром 180/1804.Хлеб пш йод 20/30  |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню четверг 2** |  | **Меню пятница 2** |
| **Завтрак**1. Каша молочная пшеничная жидкая 150/1802.Чай с сахаром 180/1803.Хлеб пш йод 25/354. Масло порциями 8/105. Яйцо вареное 40/40 | **Завтрак**1.Каша молочная манная жидкая 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803.Хлеб пшеничный йодир 25/254.Масло порциями 10 сад5.Сыр порциями 12/10 |
| **ОБЕД**1.Свекольник со сметаной 150/2002.Жаркое по-домашнему 200/2003.Зеленый горошек прогретый 15/204. Компот из компотной смеси 150/1505.Хлеб ржано-пш 36/45 |  **Обед**1.Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 150/2002.Пудинг рыбный запеченый с молочн. Соусом 60/30 90/303.Картофельное пюре 120/1504.Огурец соленый 15/205. Напиток из плодов или ягод сушеных (яблоки)150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Молоко кипяченое 180/2002.Кондитерское изделие без крема «вечернее» 25/50 | **Полдник**1.Кисломолоч. продукт(кефир) 150/2002.Кондитерское изделие без крема «пряник» 50/50 |
| **Ужин**1.Тефтели из говядины «Особые» 70/50 70/502.Каша гречневая рассыпчатая 80/1203.Чай с сахаром 150/1804. Хлеб пшенич. йодир 20/35 | **Ужин**1.Запеканка из творога 110/1402.Соус фруктовый 25/303.Чай с низким содержанием сахара 150/1805. Хлеб пш йод 20/256. Груша 130 гр. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **Меню вторник 3** |
| **Завтрак**1. Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803. Сдоба «здоровье » 25/304. Масло порциями 8 ясли5. Сыр порциями 10 сад | **Завтрак**1.Каша молочная жидкая «дружба» 150/1802.Чай с сахаром 180/1803.Хлеб пшеничный йодир 25/354.Масло порциями 8/10  |
| **ОБЕД**1.Суп с макаронными изделиями и курой 150/10 200/102.Тефтели с говядиной «Особые» 70/30 70/303.Каша гречневая рассыпч 70/1004.Зеленый горошек протертый 15/205. Напиток из черной смородины 150/1506.Хлеб ржано-пш 36/45 |  **Обед**1.Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной 150/2002.Рыба запечённая с сыром 65/653.Картофельное пюре 120/1504. Огурец соленый 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 180/2002.Кондитерское изделие без крема «вечернее» 25/50 |
| **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 мясной 50/502.Макаронные изделия отварные 70/1103.Чай с сахаром 180/1804. Хлеб пш йод 20/255.Яблоко 130 гр. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню среда 3** |  | **Меню четверг 3** |
| **Завтрак**1. Каша молочная кукурузная жидкая 150/1802.Какао с молоком 180/1803. Хлеб пшеничный йодир 25/354. Масло порциями 8 ясли5. Яйца вареные 40 сад | **Завтрак**1.Каша молочная жидкая пшенная 150/1802.Кофейный напиток на молоке 180/1803.Хлеб пшеничный йодир 25/354.Масло порциями 8/10  |
| **ОБЕД**1Щи из св. капусты с мясом и сметаной 150/10 200/102. «Ежики» мясные со сметанным соусом 120/50 150/503.Икра свекольная 20/354.Компот из яблок 150/1806.Хлеб ржано-пш 36/45 |  **Обед**1Суп картофельный с рыбными консервами 150/20 200/252.Плов из птицы 120/2003.Кукуруза протертая 15/204.Напиток из шиповника с изюмом 150/1506.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**1.Чай с сахаром 150/2002.Ватрушка с творогом 50/50 | **Полдник**1.Кисло-молочные напитки (снежок) 150/2002.Кондитерское изделие без крема «пряник» 50/50 |
| **Ужин**1.Жаркое по-домашнему 220/2502.Чай с сахаром 180/1803. Хлеб пшенич. йодир 20/25 | **Ужин**1.Омлет натуральный 130/1302.Сыр порциями 15/153.Чай с сахаром 150/1804. Хлеб пш йод 20/35 5.Мандарин 100 гр |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню пятница 3** |  |  |
| **Завтрак**1. Каша молочная пшеничная жидкая 150/1802.Чай с сахаром и молоком 180/1803. Хлеб пшеничный йодир 25/354. Масло порциями 8/10 |  |
| **ОБЕД**1.Свекольник со сметаной на мясном бульоне 150/2002.Суфле из говядины 50/703.Макаронные изделия отварные 70/1104.Морковь припущ в сл масле 20/255. Компот из компотной смеси 150/1506.Хлеб ржано-пш 36/45 |  |
| **Полдник**1.Кисломолочные напитки «кефир» 150/2002.Плюшка российская 50/50 |  |
| **Ужин**1.Котлета «волжанка» 50/502. Картофельное пюре 120/1503.Чай с сахаром 180/1804. Хлеб пшенич. йодир 20/305 Яблоко 130 гр |  |