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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню ПОНЕДЕЛЬНИК 1** |  | **Меню ВТОРНИК 1** |
| **Завтрак**  1. Каша молочная манная жидкая 150/180  2. Кофейный напиток на молоке 180/180  3. Сдоба «здоровье» 25/25  4.Масло порциями 10/10  5. Сыр порциями 10/12 | **Завтрак**  1. Каша молочная из хлопьев овсяных «геркулес» жидкая 150/180  2. Чай с сахаром, молоко 180/180  3. Хлеб пшеничный йодированный 25/35  4. Масло порциями 8/10 |
| **Обед**  1. Суп с макаронными изделиями и курой 150/10 200/10  2. Биточек мясной 50/50  3.Капуста тушеная 100/150  4. Кукуруза протертая 15/20  5 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 /150  3. Суфле рыбное 80/90  4. Зеленый горошек протёртый 15/20  5.Компот из свежих плодов (вишня)150/150  6. Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**  1.Сок 180/200  2. 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 90/50  2. Рис с овощами 100/110  3. Чай с сахаром 180/180  4. Хлеб пшенич. иодир. 20/25 | **Ужин**  1. Запеканка из творога 110/140  2. Соус молочный (сладкий) 25/30  3 .Чай с низким сод. сахара 150/180  4. Хлеб пшеничный йодированный 20/30  5. Мандарин 100 гр |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню СРЕДА 1** |  | **Меню ЧЕТВЕРГ 1** |
|  |  |
| **Завтрак**  1. Каша молочная рисовая жидкая 150/180  2.Какао с молоком 180/180  3.Хлеб пшеничный иодированный 25/35  4. Масло порциями 8/10  5. Сыр порциями 10 сад | **Завтрак**  **1. К**аша молочная ячневая жидкая 150/180  2.Кофейный напиток на молоке 180/180  3.хлеб пшеничный иодир. 20/30  4.масло порциями 8/10 |
| **ОБЕД**  1. Суп картофельный рыбный 150/20 200/25  2. Фрикадельки из мяса птицы50/30 50/30  3.Каша гречневая рассыпчатая 70/100  4. Икра свекольная 20/35  5. Компот из компотной смеси 150/150  6. Хлеб ржано-пшеничный 36/45 | **Обед**  1. Суп картофельный с горохом на мясном бульоне 150/200  2.Бефстроганов из отв. говядины 35/35 35/35  3.Макаронные изделия отварные 70/110  4.Морковь припущенная в слив.масле 20/25  5.Напиток из подов или ягод сушеных (яблоки) 150/150  6. Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**  1.Молоко кипяченое 150/200  2.Выпечное изделие булочка ванил. 50/50 | **Полдник**  1.Кисломолоч. продукт(снежок) 150/200  2.Ватрушка с джемом 50/50 |
| **Ужин**  1.Рагу овощное с мясом 200/250  2.чай с сахаром 180/180  4. хлеб пшенич. йодир 20/30 | **Ужин**  1.Пудинг из творога 110/140  2.Соус фруктовый 25/30  3.Чай с низким сод сахара 150/150  5.Хлеб пшен. иодир.20/25  6.Яблоко 130 гр. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню ПЯТНИЦА 1** |  | **Меню ПОНЕДЕЛЬНИК 2** |
| **Завтрак**  1. Каша молочная жидкая «Дружба» 150/180  2.Чай с сахаром 180/180  3.Хлеб пшеничный иодированный 25/35  4. Масло порциями 8/10  5. Яйцо вареное 40/40 | **Завтрак**  1.Каша молочная из хлопьев овсяных «геркулес» жидкая 150/180  2.Кофейный напиток на молоке 180/180  3.Сдоба «здоровье» 25/30  4.Масло порциями 8/ 10 |
| **ОБЕД**  1.Свекольник со сметаной 150/200  2.Голубцы с мясом из говядины (ленивые)120/30 150/50  3. Огурец соленый 15/20  4.напиток из черной смородины 150/150  5.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 50/50  3.Рис отварной 70/100  4.Кукуруза протертая 15/20  5.Напиток из сухофруктов150/150  6.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**  1.Кисломолочный продукт (кефир) 180/200  2Кондитерское изд.без крема (вечернее)25/50 | **Полдник**  1.Кисломолоч. продукт(снежок) 180/200  2.Кондитерское изделие без крема (дорожное) 25/50 |
| **Ужин**  1.Котлета «волжанка» 50/50  2.Пюре картофельное 120/150  3.Чай с сахаром сад 180  4. Хлеб пшенич. йодир 20/35  5Груша 130 гр | **Ужин**  1.Пудинг из творога 110/140  2.Соус молочный сладкий 25/30  3.Чай с сахаром 150/150  4.Хлеб пш. иодир.20/35  5. 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 150/180  2.Чай с сахаром и молоком 180/180  3.Хлеб пшеничный йодир. 20/35  4. Масло порциями ясли 8  5. Сыр 10 сад | **Завтрак**  1.Каша молочная гречневая вязкая 150/180  2.Какао с молоком 180/180  3.Хлеб пшеничный йодир 25/35  4.Масло порциями 8/10 |
| **ОБЕД**  1 Борщ из св. капусты с картофелем и сметаной 150 200  2.Запеканка из печени с рисом 150/150  3.Соус сметанный 30/30  4.Икра свекольная 20/35  5. Напиток из черной смородины 150/150  6.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 | **Обед**  1Суп картофельный с зеленым горошком и мясом 150/10 200/10  2.Биточек из мяса кур 50/50  3.Макаронные изделия отварные 70/120  4.Морковь припущенная в сл масле 20/25  5.Напиток из шиповника с изюмом 150/150  6.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**  1.Кисломолочные напитки (кефир) 150/200  2.Выпечное изд булочка ванильн 50/50 | **Полдник**  1.Кисломолоч. продукт(снежок) 150/200  2.Плюшка российская 50/50 |
| **Ужин**  1.Котлета «Волжанка» 50/50  2.Картофельное пюре120/150  3.Чай с сахаром 150/180  4. Хлеб пшенич. йодир 20/35  5 Мандарин 100 гр. | **Ужин**  1.Рагу овощное с мясом 200/250  2.Чай с сахаром 180/180  4.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 150/180  2.Чай с сахаром 180/180  3.Хлеб пш йод 25/35  4. Масло порциями 8/10  5. Яйцо вареное 40/40 | **Завтрак**  1.Каша молочная манная жидкая 150/180  2.Кофейный напиток на молоке 180/180  3.Хлеб пшеничный йодир 25/25  4.Масло порциями 10 сад  5.Сыр порциями 12/10 |
| **ОБЕД**  1.Свекольник со сметаной 150/200  2.Жаркое по-домашнему 200/200  3.Зеленый горошек прогретый 15/20  4. Компот из компотной смеси 150/150  5.Хлеб ржано-пш 36/45 | **Обед**  1.Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной 150/200  2.Пудинг рыбный запеченый с молочн. Соусом 60/30 90/30  3.Картофельное пюре 120/150  4.Огурец соленый 15/20  5. Напиток из плодов или ягод сушеных (яблоки)150/150  6.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**  1.Молоко кипяченое 180/200  2.Кондитерское изделие без крема «вечернее» 25/50 | **Полдник**  1.Кисломолоч. продукт(кефир) 150/200  2.Кондитерское изделие без крема «пряник» 50/50 |
| **Ужин**  1.Тефтели из говядины «Особые» 70/50 70/50  2.Каша гречневая рассыпчатая 80/120  3.Чай с сахаром 150/180  4. Хлеб пшенич. йодир 20/35 | **Ужин**  1.Запеканка из творога 110/140  2.Соус фруктовый 25/30  3.Чай с низким содержанием сахара 150/180  5. Хлеб пш йод 20/25  6. Груша 130 гр. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | **Меню вторник 3** |
| **Завтрак**  1. Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая 150/180  2.Кофейный напиток на молоке 180/180  3. Сдоба «здоровье » 25/30  4. Масло порциями 8 ясли  5. Сыр порциями 10 сад | **Завтрак**  1.Каша молочная жидкая «дружба» 150/180  2.Чай с сахаром 180/180  3.Хлеб пшеничный йодир 25/35  4.Масло порциями 8/10 |
| **ОБЕД**  1.Суп с макаронными изделиями и курой 150/10 200/10  2.Тефтели с говядиной «Особые» 70/30 70/30  3.Каша гречневая рассыпч 70/100  4.Зеленый горошек протертый 15/20  5. Напиток из черной смородины 150/150  6.Хлеб ржано-пш 36/45 | **Обед**  1.Борщ из свежей капусты с картофелем и сметаной 150/200  2.Рыба запечённая с сыром 65/65  3.Картофельное пюре 120/150  4. Огурец соленый 15/20  5.Напиток из сухофруктов 150/150  6.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**  1.Кисломолочные напитки (кефир) 180/200  2.Кондитерское изделие без крема «домашнее» 25/50 | **Полдник**  1.Молоко кипяченое 180/200  2.Кондитерское изделие без крема «вечернее» 25/50 |
| **Ужин**  1.Пудинг из творога 110/140  2.Соус фруктовый 25/30  3.Чай с низким сод сахара 150/150  4. Хлеб пшенич. йодир 20/30  5.Яблоко 130гр. | **Ужин**  1.Биточек мясной 50/50  2.Макаронные изделия отварные 70/110  3.Чай с сахаром 180/180  4. Хлеб пш йод 20/25  5.Яблоко 130 гр. |

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Меню среда 3** |  | **Меню четверг 3** |
| **Завтрак**  1. Каша молочная кукурузная жидкая 150/180  2.Какао с молоком 180/180  3. Хлеб пшеничный йодир 25/35  4. Масло порциями 8 ясли  5. Яйца вареные 40 сад | **Завтрак**  1.Каша молочная жидкая пшенная 150/180  2.Кофейный напиток на молоке 180/180  3.Хлеб пшеничный йодир 25/35  4.Масло порциями 8/10 |
| **ОБЕД**  1Щи из св. капусты с мясом и сметаной 150/10 200/10  2. «Ежики» мясные со сметанным соусом 120/50 150/50  3.Икра свекольная 20/35  4.Компот из яблок 150/180  6.Хлеб ржано-пш 36/45 | **Обед**  1Суп картофельный с рыбными консервами 150/20 200/25  2.Плов из птицы 120/200  3.Кукуруза протертая 15/20  4.Напиток из шиповника с изюмом 150/150  6.Хлеб ржано-пшеничный 36/45 |
| **Полдник**  1.Чай с сахаром 150/200  2.Ватрушка с творогом 50/50 | **Полдник**  1.Кисло-молочные напитки (снежок) 150/200  2.Кондитерское изделие без крема «пряник» 50/50 |
| **Ужин**  1.Жаркое по-домашнему 220/250  2.Чай с сахаром 180/180  3. Хлеб пшенич. йодир 20/25 | **Ужин**  1.Омлет натуральный 130/130  2.Сыр порциями 15/15  3.Чай с сахаром 150/180  4. 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 150/180  2.Чай с сахаром и молоком 180/180  3. Хлеб пшеничный йодир 25/35  4. Масло порциями 8/10 |  |
| **ОБЕД**  1.Свекольник со сметаной на мясном бульоне 150/200  2.Суфле из говядины 50/70  3.Макаронные изделия отварные 70/110  4.Морковь припущ в сл масле 20/25  5. Компот из компотной смеси 150/150  6.Хлеб ржано-пш 36/45 |  |
| **Полдник**  1.Кисломолочные напитки «кефир» 150/200  2.Плюшка российская 50/50 |  |
| **Ужин**  1.Котлета «волжанка» 50/50  2. Картофельное пюре 120/150  3.Чай с сахаром 180/180  4. Хлеб пшенич. йодир 20/30  5 Яблоко 130 гр |  |