





УТВЕРЖДАЮ  (Асеева Н.А.)		УТВЕРЖДАЮ  (Асеева Н.А.)	
			
Меню	Понедельник № 41	Меню	Вторник № 42
	Завтрак		Завтрак
	1.Каша молочная овсянная с маслом 150/180 2.Кофейный напиток 150/ 180 3.Батончик к чаю 20/30 4.Масло сливочное 10 /10	калорийность	
		368/428	
	Второй завтрак		Калорийность
	Сок 200/200	88/88	
	Обед		Обед
	1.Суп картофельный с рыбными консервами 160/ 200 2.Котлета мясная 50/70 3.Рис отварной 100/100 4. Соус красный основной 20/20 5.Компот из смеси с/ м ягод 150/180 6. Хлеб ржаной 30/50		
		599/762	
	Уплотненный полдник		Уплотненный полдник
	1.Омлет натуральный с зеленым горошком 150/170 3. Сыр порционно 10/10 4.Чай с сахаром 150/180 5. Батончик к чаю 20/30	424/480	
		1479/1759	
			28/488
			72/87
			57/57
			129/129
			490/630
			393/451
			1440/1713

УТВЕРЖДАЮ



(Асеева Н.А.)


УТВЕРЖДАЮ



(Асеева Н.А.)

Меню Среда 1		Меню Четверг 1	
<p>Завтрак</p> <p>1. Суп молочный с вермишелью с маслом 150/180</p> <p>2. Какао с молоком 150/180</p> <p>3. Хлеб пшеничный 20/30</p> <p>4. Масло порц. 10/10</p> <p>Второй завтрак</p> <p>Фрукт 100/100</p>	<p>калорийность</p> <p>405 / 473</p> <p>43,0/43,0</p>	<p>Завтрак</p> <p>1. Каша пшеничная молочная жидкая 150/180</p> <p>2. Чай с молоком и сахаром 150/180</p> <p>3. Хлеб пшеничный 20/30</p> <p>4. Сыр порционный 10/10</p> <p>5. масло сливочное 5/5</p> <p>Второй завтрак</p> <p>Молоко кипяченое</p>	<p>калорийность</p> <p>407/473</p> <p>85/102</p>
<p>Обед</p> <p>1. Суп картофельный с яйцом и курой 180/10 200/10</p> <p>2. Печень по – строгановски 60\70</p> <p>3. Каша гречневая отварная 110/130</p> <p>4. Компот из ягод с/м 150/180</p> <p>5. Хлеб ржаной 30/50</p>	<p>калорийность</p> <p>628/776</p>	<p>Обед</p> <p>1. Суп картофельный с зеленым горошком и курицей 160/200</p> <p>2. Котлета « Рыжик» 50/70</p> <p>3. Картофельное пюре 110/130</p> <p>4. Икра свекольная 20/30</p> <p>5. Компот из с/ фруктов 150/180</p> <p>6. Хлеб ржаной 30/50</p>	<p>калорийность</p> <p>514/679</p>
<p>Уплотненный полдник</p> <p>1. Запеканка картофельная с мясным фаршем 150/170</p> <p>2. Чай с сахаром 150/180</p> <p>3. Батон йодированный 20/30</p>	<p>калорийность</p> <p>397/455</p> <p>1474/1748</p>	<p>Уплотненный полдник</p> <p>1. Пудинг из творога с повидлом сладкий 150/30 170/30</p> <p>2. Кисель из ягод с/м 150/180</p> <p>3. Батон йодированный 20/30</p>	<p>калорийность</p> <p>496/570</p> <p>1502/1824</p>

УТВЕРЖДАЮ  (Асеева Н.А.)

УТВЕРЖДАЮ  (Асеева Н.А.)

Меню Пятница 1		Меню Понедельник 2	
Завтрак	калорийность	Завтрак	Калорийность
1.Каша пшеничная молочная жидкая с маслом 150/180 2. Кофейный напиток 150/180 3. Масло сливочное 10/10 4. Батон йодированный 20/30	351/408	1.Каша овсянная молочная жидкая 150/180 2.Чай с молоком и сахаром 150/180 3.Батончик к чаю 20/30 4.Масло порц. 10/10	375/436
Второй завтрак		Второй завтрак	
Сок 200/200	88/88	Сок 200/200	58/58
Обед		Обед	
1.Борщ с картофелем со свиной и сметаной 160/10 200/10 2.Гуляш « Балоньез» 50/70 3.Макароны отварные 110/130 4.Компот из с/ м ягод 150/180 5.Хлеб ржаной 30/50	604,6/750,7	1.Суп полевой на мясном бульоне 160/200 2. Жаркое по – домашнему 150/200 3.Компот из с/фруктов 150/180 4. Хлеб ржаной 30/50 5.Огурец соленый 20/30	395/511
Уплотненный полдник		Уплотненный полдник	
1.Ежики мясные со сметанным соусом 150/170 2. Чай с сахаром 150/180 3.Батон йодированный 20/30	233/339	1.Каша рисовая молочная с маслом сливочным 150/180 2. Ватрушка с творогом 75/75 3. Чай с сахаром 150/180	322/363

УТВЕРЖДАЮ

(Асеева Н.А.)

УТВЕРЖДАЮ

(Асеева Н.А.)

Меню Вторник 2		Меню Среда 2	
<p>Завтрак</p> <p>1.Каша ячневая молочная жидкая 150/180 2. Какао с молоком - сад -180 молоко кипяченое- ясли 150 3.Хлеб пшеничный 20/30 4.Масло сливочное 10/10</p> <p>Второй завтрак</p> <p>Напиток кисломолочный 150/180</p>	<p>калорийность</p> <p>387,8 / 417,8</p> <p>72/86</p>	<p>Завтрак</p> <p>1.Каша « Дружба» молочная 150/180 2.Чай с сахаром 180/180 3.Хлеб пшеничный 30/30 4.Масло сливочное порц . 5/5</p> <p>Второй завтрак</p> <p>Фрукт 100/100</p>	<p>калорийность</p> <p>308,9/ 338,9</p> <p>44/44</p>
<p>Обед</p> <p>1.Суп картофельный с горохом 160/200 2. Люля-кебаб из кури 50/70 3. Каша гречневая рассыпчатая 110/130 4. Соус красный 20/20 5. Компот из с/м ягод 150/180 6.Хлеб ржаной 30/50</p>	<p>689/875</p>	<p>Обед</p> <p>1.Рассольник « Ленинградский» с курой и сметаной 160/200 2. Запеканка из печени с рисом 150/170 3. Соус молочный 20/20 4. Напиток из шиповника с изюмом 150/180 5.леб ржаной 30/50</p>	<p>516 / 631</p>
<p>Уплотненный полдник</p> <p>1.Омлет натуральный 150/170 2. Сыр порционно 10/10 3. чай с сахаром 150/180 4. батон йодированный 20/30</p>	<p>442/501</p>	<p>Уплотненный полдник</p> <p>1. Рагу из овощей с курой 150/200 2.чай с сахаром 150/180 3. Батон йодированный 20/30</p>	<p>232/295</p>

УТВЕРЖДАЮ



(Асеева Н.А.)

УТВЕРЖДАЮ



(Асеева Н.А.)

Меню Четверг 2		Меню Пятница 2	
Завтрак		Завтрак	
1.Каша манная молочная. жидкая 150/180 2.Кофейный напиток с молоком 150/180 3.Батон йодированный 20/30 4.Яйцо варенное 5.масло сливочное 10/10	калорийность 355,8/385,8	1.Каша пшеничная молочная 150/180 2.Чай с сахаром 150/180 3.батон йодированный 20/30 4.Масло сливочное порцион. 10/10 5. Сыр порционно 10/10	калорийность 433,5/476,5
Второй завтрак Молоко ванильное 150/180 Кондитерское изделие 17/17		Второй завтрак Сок 200/200	
Обед		Обед	
1.Суп картофельный со свининой 160/200 2.Котлета рыбная 50/70 3.Картофельное пюре 110/130 4. Икра свекольная 20/30 5. Напиток из сухофруктов 150/180 6. Хлеб ржаной 30/50	калорийность 803,5/ 851,0	1.Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной 160/200 2. Бефстроганов из отварного мяса 30/35 3. Макароны изделия отварный 110/130 4. Компот из смеси ягод с/м 150/180 5. Хлеб ржаной 30/50	калорийность 656,68 / 725,0
Уплотненный полдник		Уплотненный плодник	
1.Пудинг из творога с подливой молочной сладкий 150/170 2. Кисель из ягод с/м 150/180 3. Батон йодированный 20/30	калорийность 496/570	1.Каша гречневая молочная с маслом 150/180 2. Чай с сахаром 150/180 3. Манник 50/50	калорийность 477,48/ 487,48