

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Сад основное меню

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
Завтрак									
Каша вязкая пшеничная(200)	200	Омлет натуральный(150) *	150	Сырники из творога	100	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес"(200) *	200	Запеканка из творога(150) *	150
Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Сыр (порциями)(10) *	8	Молоко сгущенное(20)	20	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Хлеб пшеничный 30(30) *	30
Масло (порциями)(10) *	10	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Масло (порциями)(10) *	10	Масло (порциями)(10) *	10
Какао с молоком 3-7 лет	180	Масло (порциями)(10) *	10	Масло (порциями)(10) *	10	Кофейный напиток с молоком(180) *	180	Сыр (порциями)(10) *	10
		Кофейный напиток с молоком(180) *	180	Какао с молоком(180) *	180			Чай с молоком(180) *	180
Завтрак 2									
Сок фруктовый(180) *	180	Бананы(100) *	100	Сок фруктовый(180) *	180	Яблоки(100) *	100	Бананы 100	100
Обед									
Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный)200	200	Щи из свежей капусты с картофелем(200) *	200	Суп картофельный с крупой(200) *	200	Суп "Паутинка"(200) *	200	Суп с макаронными изделиями и картофелем(200) *	200
Плов с мясом(200) *	200	Котлеты рубленые(80) *	80	Жаркое подомашнему(220) *	220	Макароны отварные с маслом(150) *	150	Пюре из бобовых(150) *	150
Салат из свежих помидоров с луком	60	Пюре картофельное(150) *	150	Салат из свежих огурцов	60	Котлеты рубленые из птицы(80) *	80	Котлеты рубленые(80) *	80
Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Салат из квашеной капусты(60)	60	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Салат из свежих огурцов	60
Хлеб ржаной(50) *	50	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Хлеб ржаной(50) *	50	Хлеб ржаной(50) *	50	Хлеб пшеничный 30(30) *	30
Компот из сушеных фруктов(180) *	180	Хлеб ржаной(50) *	50	Кисель	200	Салат из свежих помидоров с луком	60	Хлеб ржаной(50) *	50
		Компот из свежих плодов(180) *	180			Компот из свежих плодов(180) *	180	Компот из сушеных фруктов(180) *	180
Полдник									
Рыба, запеченная в омлете(150)	150	Суп молочный манный	200	Запеканка из печени с рисом(200) *	200	Рис отварной(150) *	150	Суп молочный с ячневой крупой(200) *	200
Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Булочка домашняя(70) *	70	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Котлеты рыбные любительские(80) *	80	Крендель сахарный(80) *	80
Чай с лимоном(180) *	180	Йогурт 180	180	Помидор соленый(60) *	60	Салат из квашеной капусты(60)	60	Ряженка 200(200) *	200
Яблоки 100	100			Чай с сахаром(180) *	180	Хлеб пшеничный 30(30) *	30		
				Зефир(60) *	60	Чай с сахаром(180) *	180		
6 день понедельник									
7 день вторник									
8 день среда									
Завтрак									
Запеканка из творога(150) *	150	Суп молочный с гречневой крупой(200) *	200	Омлет с сыром(150) *	150	Суп молочный с ячневой крупой(200) *	200	Сырники из творога	100
Молоко сгущенное(20)	20	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Салат из кукурузы (консервированной)(60) *	60	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Джем, варенье или повидло(20) *	20
Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Масло (порциями)(10) *	10	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Масло (порциями)(10) *	10	Хлеб пшеничный 30(30) *	30
9 день четверг									
10 день пятница									

2 недели	Масло (порциями)(10) *	10	Кофейный напиток с молоком(180) *	180	Масло (порциями)(10) *	10	Сыр (порциями)(10) *	10	Масло (порциями)(10) *	10
	Какао с молоком(180) *	180			Чай с молоком(180) *	180	Какао с молоком(180) *	180	Кофейный напиток с молоком(180) *	180
	Завтрак 2									
	Апельсины с сахаром(100) *	100	Сок фруктовый(180) *	180	Бананы(100) *	100	Яблоки(100) *	100	Сок фруктовый(180) *	180
	Обед									
	Бульон из птиц детский(200) *	200	Суп картофельный с бобовыми(200) *	200	Уха рыбацкая(200) *	200	Борщ с капустой и картофелем(200) *	200	Суп рисовый с мясом(200) *	200
	Плов из птицы(220) *	220	Рагу из овощей(150) *	150	Пюре картофельное(150) *	150	Азу(200) *	200	Каша гречневая(150) *	150
	Гренки из пшеничного хлеба(20) *	20	Тефтели мясные(80) *	80	Котлеты рубленые из птицы(80) *	80	Салат из свежих помидоров с луком	60	Котлеты рубленые(80) *	80
	Хлеб ржаной(50) *	50	Салат из свежих огурцов	60	Салат из квашеной капусты(60)	60	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Салат из свежих помидоров с луком	60
	Салат из квашеной капусты(60) *	60	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Хлеб ржаной(50) *	50	Хлеб пшеничный 30(30) *	30
	Компот из свежих ягод(180) *	180	Хлеб ржаной(50) *	50	Хлеб ржаной(50) *	50	Компот из свежих плодов(180) *	180	Хлеб ржаной(50) *	50
			Кисель	200	Компот из сушеных фруктов(180) *	180			Компот из сушеных фруктов(180) *	180
	Полдник									
	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес"(200) *	200	Рыба, запеченная с картофелем(150) *	150	Суп молочный с макаронными изделиями(200) *	200	Рыба, тушенная в томате с овощами(200) *	200	Суп молочный с рисовой крупой(200) *	200
	Пирог открытый(70) *	70	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Ватрушка с творогом(70) *	70	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Булочка домашняя(70) *	70
	Кефир 200(200) *	200	Чай с сахаром(180) *	180	Ряженка(180) *	180	Чай с лимоном(180) *	180	Йогурт 180	180
		Печенье(30) *	30			Пряники(60) *	60			

Составил

Шкитина С.П.

Утвердил

Михайличенко Е.А.