

Примерное десятидневное меню на летне-осенний период (с 01.06.-30.11.)

1 неделя

Понедельник

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
<i>Завтрак</i>		
Макаронны отварные с маслом и сыром	100	140
Салат из капусты со свежим огурцом	50	60
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Чай с сахаром	150	180
<i>2- завтрак</i>		
Сок фруктовый	100	100
<i>Обед</i>		
Свекольник на мясном бульоне с яйцом, со сметаной	150/9/10	250/12/12
Плов с мясом	150	180
Салат из свежих помидоров с луком	50	65
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из сухофруктов	150	180
<i>Полдник</i>		
Булочка «Витьба»	60	70
Молоко кипяченое	130	150

1 неделя

Вторник

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
Завтрак		
Каша геркулесовая молочная	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Кофейный напиток на молоке	150	180
2- завтрак		
Фрукты свежие	102	105
Обед		
Суп с мясными фрикадельками	150/25	250/30
Рыба тушеная с овощами	80	90
Картофельное пюре	140	170
Овощи порционные	30	40
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из свежих фруктов	150	180
Полдник		
Вареники ленивые с маслом, со сметанным соусом	100/30	130/30
Молочный продукт	130	150

1 неделя

Среда

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
Завтрак		
Каша гречневая молочная	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Какао на молоке	150	180
2- завтрак		
Фрукты свежие	102	105
Обед		
Суп лапша на курином бульоне	150	250
Оладьи из мяса птицы	70	85
Рагу из овощей	140	170
Овощи порционные	30	40
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из свежих фруктов	150	180
Полдник		
Омлет натуральный	75	90
Горошек зеленый	40	60
Хлеб пшеничный	15	20
Чай с сахаром	150	180
Кондитерское изделие	20	75

1 неделя

Четверг

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
<i>Завтрак</i>		
Каша манная молочная	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Чай с сахаром	150	180
<i>2- завтрак</i>		
Сок фруктовый	100	100
<i>Обед</i>		
Суп гороховый с гренками	150/8	250/13
Котлета рыбная запеченная в томатном соусе	80/30	85/30
Рис отварной с овощами	100	130
Салат летний	40	60
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Кисель из сухофруктов	150	180
<i>Полдник</i>		
Пирожок с капустой	70	80
Кофейный напиток на молоке	150	180

1 неделя

Пятница

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
Завтрак		
Запеканка творожно-вермишелевая со сгущенным молоком	100/20	140/30
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Какао на молоке	150	180
2- завтрак		
Фрукты свежие	102	105
Обед		
Борщ летний на мясном бульоне, со сметаной	150/9/10	250/12/12
Жаркое по домашнему	140	160
Овощи порционные	40	60
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из свежих фруктов	150	180
Полдник		
Каша молочная «Дружба»	150	200
Чай с сахаром	150	180
Хлеб пшеничный	15	25

Примерное десятидневное меню на летне-осенний период (с 01.06.-30.11.)

2 неделя

Понедельник

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
<i>Завтрак</i>		
Плов с яблоками, сладкий	130	170
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Чай с сахаром	150	180
<i>2- завтрак</i>		
Сок фруктовый	100	100
<i>Обед</i>		
Борщ с фасолью, со сметаной	150/10	250/12
Вермишель отварная с маслом	45	65
Салат овощной	50	70
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из сухофруктов	150	180
<i>Полдник</i>		
Булочка с посыпкой	60	80
Молочный продукт	130	150

2 неделя

Вторник

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
<i>Завтрак</i>		
Каша пшеничная молочная	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Кофейный напиток на молоке	150	180
<i>2- завтрак</i>		
Фрукты свежие	102	105
<i>Обед</i>		
Суп с яйцом, зеленым горошком на мясном бульоне	150/9	250/12
Голубцы ленивые с томатно-сметанным соусом	150/30	160/30
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из свежих фруктов	150	180
<i>Полдник</i>		
Сырники из творога со сгущенным молоком	100/20	130/20
Молоко кипяченое	130	150

2 неделя

Среда

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
<i>Завтрак</i>		
Каша рисовая молочная	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Какао на молоке	150	180
<i>2- завтрак</i>		
Сок фруктовый	100	100
<i>Обед</i>		
Суп с клецками на курином бульоне	150	250
Шницель из мяса птицы запеченный	70	80
Капуста тушеная	140	170
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из сухофруктов	150	180
<i>Полдник</i>		
Картофель запеченный в сметано-сырном соусе	120	150
Хлеб ржаной	20	30
Сок фруктовый	120	120

2 неделя

Четверг

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
Завтрак		
Каша пшенная молочная	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Чай с сахаром	150	180
2- завтрак		
Фрукты свежие	102	102
Обед		
Суп с крупой на мясном бульоне	150/9	250/12
Рыба-по польски	120	150
Икра свекольная/баклажанная/кабачковая	60	100
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Кисель из сухофруктов	150	180
Полдник		
Ватрушка с творогом	60	80
Кофейный напиток на молоке	150	180

2 неделя

Пятница

Возрастная категория с 1.5- 3 года/ 3 года -7 лет

Наименование блюда	Выход порции	
	Ясли	Сад
Прием пищи	гр	гр
Завтрак		
Вермишель отварная в молоке	150	200
Хлеб пшеничный с маслом, сыром	20/5/6	25/5/10
Какао на молоке	150	180
2- завтрак		
Фрукты свежие	102	105
Обед		
Суп рыбный с перловой крупой	150	250
Биточки мясные запеченные в томатном соусе	55/30	60/30
Пюре картофельное	120	150
Салат летний	55	75
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из сухофруктов	150	180
Полдник		
Кондитерское изделие	30	75
Чай с сахаром	150	180
Хлеб пшеничный	15	25
Фрукты свежие	102	105