

Примерное десятидневное меню на зимне-весенний период (с 01.12.-31.05.)

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
Икра кабачковая	50	60
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Чай с сахаром и лимоном	150	180
<i>2- завтрак</i>		
Сок фруктовый	100	100
<i>Обед</i>		
Свекольник на мясном бульоне с яйцом, со сметаной	150/9/8	250/12/10
Плов с мясом	150	180
Салат из квашенной капусты	50	65
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Компот из сухофруктов	150	180
<i>Полдник</i>		
Булочка «Витьба»	60	70
Молочный продукт	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
Икра кабачковая	50	60
Хлеб пшеничный	15	20
Чай с сахаром, лимоном	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 из квашенной капусты со свеклой	50	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 на мясном бульоне, со сметаной	150/9/10	250/12/12
Жаркое по домашнему	140	160
Салат из соленых огурцов	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	Ясли	Сад
Завтрак	гр	гр
Плов с яблоками, сладкий	130	170
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Чай с сахаром, лимоном	150	180
2- завтрак		
Сок фруктовый	100	100
Обед		
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
Полдник		
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
Овощи порционные	35	42
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	Ясли	Сад
Завтрак	гр	гр
Каша рисовая молочная	150	200
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
Какао на молоке	150	180
2- завтрак		
Сок фруктовый	100	100
Обед		
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
Полдник		
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	Ясли	Сад
Завтрак	гр	гр
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		
Рассольник со сметаной	150/9	250/12
Рыба-по польски	120	150
Салат из свеклы с зеленым горошком	50	60
Хлеб пшеничный	20	27
Хлеб ржаной	28	35
Сок фруктовый	130	130
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
Икра свекольная	50	60
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