



Примерное меню (1 неделя)

I день	Выход блюд		II день	Выход блюд		III день	Выход блюд		IV день	Выход блюд		V день	Выход блюд	
	ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад		ясли	сад
Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак			Завтрак		
Суп молочный с вермишелью	150	180	Каша манная молочная жидкая	150	180	Омлет	90	130	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	Каша гречневая молочная жидкая	150	180
Чай с сахаром	160	180	Чай с сахаром	160	180	Зеленый горошек консервированный	40		Какао с молоком	160	180	Кофейный напиток с молоком	160	180
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Икра кабачковая консервированная		120	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6
Отварное яйцо	1 шт.	1 шт.	Сыр в порционной нарезке	8	13	Сыр в порционной нарезке	8	13						
						Хлеб пшеничный с маслом	30/5	30/6						
						Кофейный напиток на молоке 2-й вар	160	180						
2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак			2-й завтрак		
Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150
Обед			Обед			Обед			Обед			Обед		
Борщ со свежей капустой	180	200	Свекольник	180	200	Суп картофельный с бобовыми	180	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	200	Суп полевой	180	200
Плов из отварной птицы	125	160	Жаркое домашнему	150	180	Пудинг из говядины	60	70	Тефтели говяжьи	55	70	Котлеты, биточки из говядины	60	75
Свежие огурцы	52	56	Свежие огурцы	52	56	Пюре картофельное	120	140	Капуста тушеная	120	150	Икра из отварной свеклы	80	90
Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45
Компот из сухофруктов	160	180	Компот из сухофруктов	160	180	Компот из сухофруктов	160	180	Кисель из сухофруктов	160	180	Компот из свежих яблок	160	180
Полдник			Полдник			Полдник			Полдник			Полдник		
Пирожок с повидлом	75	85	Сырники из творога	80	100	Кнели рыбная в томате с овощами	158	170	Запеканка из творога	80	110	Котлета рыбная	70	80
			Соус сметанный	30	40				Соус молочный	30	40	Свежие огурцы	52	56
Какао с молоком	160	180	Йогурт	145	195	Чай с сахаром	160	180	Кефир	145	195	Хлеб пшеничный	20	20
Фрукты свежие	85	90				Хлеб пшеничный	20	20				Чай с сахаром	160	180
						Кондитерское изделие (печенье)	22	45				Кондитерские изделия (печенье)	22	45
						Фрукты свежие	85	90						



Примерное меню (2 неделя)

I день		II день		III день		IV день		V день							
Выход блюд		Выход блюд		Выход блюд		Выход блюд		Выход блюд							
Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад	Завтрак	ясли	сад				
Каша манная молочная жидкая	150	180	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	Омлет	90	130	Каша овсяная «Геркулес» молочная жидкая	150	180	Каша пшеничная молочная жидкая	150	180	
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом сыр в порционной нарезке	20/5	30/6	Зеленый горошек консервированный	40		Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	30/6	
Кофейный напиток с молоком	160	180	Чай с сахаром	8	13	Икра кабачковая консервированная		120	Кофейный напиток с молоком	160	180	Какао с молоком	160	180	
				160	180	Сыр в порционной нарезке	8	13							
						Какао на молоке 2-й вар.	160	180							
						Хлеб пшеничный с маслом	30/5	30/6							
2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак		2-й завтрак	
Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150	Фрукты свежие	85	90	Сок фруктовый	150	150	
Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед		Обед	
Суп (Полевой)	180	200	Свекольник	180	200	Борщ со свежей капустой	180	200	Суп картофельный с бобовыми	180	200	Борщ со свежей капустой	180	200	
Котлета из курицы	60	65	Котлеты из говядины	60	75	Плов из отварной говядины	130	180	Гуляш из говядины	90	100	Голубцы ленивые	60	70	
Гречневая каша	110	130	Капуста тушеная	120	150	Хлеб пшеничный	20	30	Макаронные изделия	110	130	Пюре картофельное	120	140	
Свежие огурцы	52	56	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Свежие огурцы	52	56	Хлеб пшеничный	20	30	
Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Компот из сухофруктов	160	180	Хлеб пшеничный	20	30	Хлеб пшеничный	20	30	
Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Компот из сухофруктов	160	180				Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	36	45	
Компот из сухофруктов	160	180							Кисель из сухофруктов	160	180	Компот из свежих яблок	160	180	
Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник		Полдник	
Пирожок с повидлом	75	85	Пудинг из творога с рисом	80	110	Картофель отварной	110	130	Запеканка из творога	80	110	Свежие огурцы	52	56	
Чай с сахаром	160	180	Соус сметанный	30	40	Тефтеля рыбная	70	80	Соус молочный	30	40	Яйцо отварное	40	40	
Фрукты свежие	85	90	Йогурт	145	195	Хлеб пшеничный	20	20	Кефир	145	195	Булочка	70	80	
						Чай с сахаром	160	180				Чай с сахаром	160	180	
						Кондитерские изделия (пряники)	22	50							
						Фрукты свежие	85	90							