

МЕНЮ

1 неделя понедельник

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша овсяная молочная жидкая с малом	150	171	180	205
Кофейный напиток с молоком	150	70	180	84
Масло сливочное	10	66	10	66
Батончик к чаю	20	61	30	73
Итого:	330	368	400	428
	2 завтрак			
Сок	200	88	200	88
Итого:	200	88	200	88
	Обед			
Суп картофельный с рыбными консервами	160	108	200	135
Котлета мясная	50	125	70	175
Рис отварной	110	198	130	234
Соус красный основной	20	53	20	53
Компот из смеси ягод с/м	150	57	180	68
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	520	599	650	762
	Уплотненный полдник			
Омлет натуральный с зелёным горошком	150	275	170	310
Сыр порционный	10	43	10	43
Батончик к чаю	20	61	30	73
Чай с низким содержанием сахара	150	45	180	54
Итого:	330	424	390	480
Итого за день:	1380	1479	1640	1759

1 неделя вторник

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша манная молочная жидкая с маслом	150	175	180	210
Чай с сахаром	150	63	180	76
Яйцо вареное	1шт	63	1шт.	63
Масло сливочное	10	66	10	66
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	377	428	447	488
	2 завтрак			
Напиток кисломолочный	150	72	180	87
Кондитерское изделие	17	57	17	57
Итого:	167	129	197	144
	Обед			
Суп куриный с вермишелью	160	92	200	115
Котлета рыбная	50	93	70	130
Картофельное пюре	110	114	130	135
Огурец соленый	20	2	30	3
Напиток из шиповника с изюмом	150	104	180	125
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	520	490	660	630
	Уплотненный полдник			
Запеканка творожная со сгущенным молоком	130/20	287	150/20	324
Батон йодированный	20	61	30	73
Чай с низким содержанием сахара	150	45	180	54
Итого:	320	393	380	451
Итого за день:	1384	1440	1684	1713

1 неделя среда

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Суп молочный с вермишелью с маслом	150	193	180	232
Какао с молоком			180	102
Молоко кипяченое	150	85		
Масло сливочное	10	66	10	66
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	330	405	400	473
	2 завтрак			
Фрукт	100	44	100	44
Итого:	100	44	100	44
	Обед			
Суп картофельный с яйцом и курой	160	102	200	128
Печень по-строгановски	60	163	70	190
Каша гречневая отварная	110	248	130	293
Компот из ягод с/м	150	57	180	68
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	510	628	630	776
	Уплотненный полдник			
Запеканка картофельная с мясным фаршем	150	291	170	328
Чай с низким содержанием сахара	150	45	180	54
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	320	397	380	455
Итого за день:	1260	1474	1510	1748

1 неделя четверг

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша пшенная молочная жидкая с малом	150	193	180	232
Чай с молоком с сахаром	150	77	180	92
Сыр порционный	10	43	10	43
Масло сливочное	5	33	5	33
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	335	407	405	473
	2 завтрак			
Молоко ванильное	150	85	180	102
Итого:	150	85	180	102
	Обед			
Суп картофельный с зелёным горошком и курицей	160	107	200	133
Котлета " Рыжик"	50	130	70	182
Картофельное пюре	110	114	130	135
Икра свекольная	20	20	30	30
Напиток их смеси сухофруктов	150	85	180	102
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	520	514	660	679
	Уплотненный полдник			
Пудинг из творога с подливой молочной сладкой	150	352	170	398
Кисель из ягод с/м	150	83	180	99
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	320	496	380	570
Итого за день:	1325	1502	1625	1824

1 неделя пятница

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша пшеничная молочная жидкая с малом	150	154	180	185
Кофейный напиток с молоком	150	70	150	84
Масло сливочное	10	66	10	66
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	330	351	370	408
	2 завтрак			
Сок	200	88	200	88
Итого:	200	88	200	88
	Обед			
Борщ с картофелем со свиной и сметаной	160	162	200	203
Гуляш " Болоньезе"	50	126	70	176
Макаронные изделия отварные	110	114	130	134
Компот из ягод с/м	150	57	180	68
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	500	517	630	678
	Уплотненный полдник			
Ёжики мясные со сметанным соусом	150	188	170	212
Чай с низким содержанием сахара	150	45	180	54
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	320	294	380	339
Итого за день:	1350	1250	1580	1513

2 неделя понедельник

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша овсяная молочная жидкая с малом	150	171	180	205
Чай с молоком и сахаром	150	77	180	92
Масло сливочное	10	66	10	66
Батончик к чаю	20	61	30	73
Итого:	330	375	400	436
	2 завтрак			
Сок	200	88	200	88
Итого:	200	88	200	88
	Обед			
Суп полевой на мясном бульоне	160	69	200	86
Жаркое по-домашнему	150	181	200	240
Огурец соленый	20	2	30	3
Напиток из смеси сухофруктов	150	85	180	85
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	510	395	660	511
	Уплотненный полдник			
Каша рисовая молочная с маслом	150	109	180	131
Ватрушка с творогом	75	168	75	168
Чай с низким содержанием сахара	150	45	180	54
Итого:	375	322	435	353
Итого за день:	1415	1180	1695	1388

2 неделя вторник

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша ячневая молочная жидкая с маслом	150	202	180	242
Какао с молоком			180	102
Молоко кипяченое	150	85		
Масло сливочное	10	66	10	66
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	330	414	400	483
	2 завтрак			
Напиток кисломолочный	150	72	180	86
Итого:	150	72	180	86
	Обед			
Суп картофельный с горохом	160	109	200	136
Люля-кебаб из курицы	50	164	70	229
Каша гречневая рассыпчатая	110	248	130	292
Соус красный основной	20	53	20	53
Компот из ягод с/м	150	57	180	68
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	520	689	650	875
	Уплотненный полдник			
Омлет натуральный	150	293	170	331
Сыр порц.	10	43	10	43
Чай с низким содержанием сахара	150	45	180	54
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	330	442	390	501
Итого за день:	1330	1617	1620	1945

2 неделя среда

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша «Дружба» молочная жидкая с маслом	150	213	180	255
Чай с сахаром	150	63	180	75
Масло сливочное	10	66	10	66
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	330	403	400	469
	2 завтрак			
фрукт	100	44	100	44
Итого:	100	44	100	44
	Обед			
Рассольник ленинградский с курой и сметаной	160	103	200	129
Запеканка из печени с рисом	150	223	170	252
Соус молочный	20	28	20	28
Напиток из шиповника с изюмом	150	104	180	125
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	510	516	620	631
	Уплотненный полдник			
Рагу из овощей с курой	150	126	200	168
Чай с низким содержанием сахара	150	45	180	54
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	320	232	410	295
Итого за день:	1260	1195	1530	1439

2 неделя четверг

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша манная молочная жидкая с малом	150	175	180	210
Кофейный напиток с молоком	150	70	180	84
Масло сливочное	10	66	10	66
Яйцо вареное	1 шт	63	1 шт	63
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	377	435	447	496
	2 завтрак			
Молоко ванильное	150	85	180	102
Кондитерское изделие	17	57	17	57
Итого:	167	142	197	159
	Обед			
Суп картофельный со свининой	160	106	200	133
Котлета рыбная	50	93	70	130
Картофельное пюре	110	113	130	133
Икра свекольная	20	20	30	30
Напиток из смеси сухофруктов	150	85	180	102
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	520	475	660	625
	Уплотненный полдник			
Пудинг из творога с подливой молочной сладкой	150	352	170	398
Кисель из ягод с/м	150	83	180	99
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	320	496	380	570
Итого за день:	1384	1548	1684	1850

2 неделя пятница

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Выход	Ккал.	Выход	Ккал.
	Завтрак			
Каша пшеничная молочная жидкая с маслом	150	154	180	166
Чай с сахаром	150	63	180	75
Масло сливочное	5	33	5	33
Сыр порциями	10	43	10	43
Батон йодированный	20	61	30	73
Итого:	335	354	405	390
	2 завтрак			
Сок	200	88	200	88
Итого:	200	88	200	88
	Обед			
Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной	160	84	200	104
Бефстроганов из отварного мяса	30/30	96	35/35	112
Макаронные изделия отварные	110	114	130	134
Компот из смеси ягод с/м	150	57	180	68
Хлеб ржаной	30	58	50	97
Итого:	510	409	630	515
	Уплотненный полдник			
Каша гречневая молочная жидкая с маслом	150	211	180	253
Чай с низким содержанием сахара	150	45	180	54
Манник	50	181	50	181
Итого:	350	437	410	488
Итого за день:	1395	1288	1645	1481