



Меню

ранний/ дошкольный возраст

1-ый день	Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Макароны отварные с маслом и сыром	95	120	219,86\247,48
	Икра кабачковая	50	60	60,00\71,00
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	60,00\87,00
	Чай с сахаром	180	200	48,00\53,35
2-ОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	110	110	60,00\60,00
ОБЕД	Рассольник со сметаной	150	200	128,10\154,00
	Плов с мясом	160	180	185,00\302,25
	Салат из квашеной капусты с зеленым горошком	40	60	41,00\48,00
	Компот из сухофруктов	150	180	64,80\80,50
	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	20/28	27/35	47,00/63,00\63,00/81
ПОЛДНИК	Булочка «Витьба»	60	70	174,00\202,00
	Молоко кипяченое	150	180	70,00\81,00





Меню

ранний/ дошкольный возраст

2-ой день НАШЕГО МЕНЮ	Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная	150	200	155,20/ 205,40
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,0 / 111,0
	Кофейный напиток на молоке	180	200	122,40/ 134,44
2-ОЙ ЗАВТРАК	Яблоко	102	105	48,0/49,0
ОБЕД	Суп с мясными фрикадельками	150/15	180/20	127,0/162,0
	Суфле из печени	60	80	91,8/115,2
	Картофельное пюре	120	150	110,00/ 137,50
	Овощи порционные (солёный огурец)	40	60	4,57/6,0
	Компот из свежих фруктов	150	180	51,00/61,00
	Хлеб пшеничный	20	27	47,00/63,0
	Хлеб ржаной	28	35	65,00/81,0
ПОЛДНИК	Вареники ленивые с маслом, со сметанным соусом	110/20	130/20	184 215,6
	Кисломолочный продукт (кефир)	150	180	70,00/81,00



Меню

ранний/ дошкольный возраст

3-ий день	Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	100	110	160,0\182,13
	Икра кабачковая	40	50	48,0\60,0
	Хлеб пшеничный с маслом, сыром	20 /5/6	20/ 5/10	102,0\128,0
	Чай с сахаром	180	200	48,0\53,33
2-ОЙ ЗАВТРАК	Яблоко	102	105	48,0\49,0
ОБЕД	Суп рыбный с крупой	150	200	131,0\140,0
	Оладьи из мяса птицы	60	70	191,0\216,21
	Рагу из овощей	120	150	115,97\152,82
	Компот из свежих фруктов	150	180	51,00\61,00
	Хлеб пшеничный	20	27	47,00\63,00
	Хлеб ржаной	28	35	65,00\81,00
	Каша гречневая молочная	150	200	152,10\203,42
ПОЛДНИК	Какао на молоке	180	200	99,6\101,11
	Хлеб пшеничный	15	20	32,25\47,00

ПРЕИМУЩЕСТВА
НАШЕГО ПИТАНИЯ



Меню

ранний/ дошкольный возраст

ПРЕИМУЩЕСТВА
НАШЕГО ПИТАНИЯ

4-ый день	Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	150	200	166,00\221,00
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00\111,00
	Чай с сахаром	180	200	48,00\53,33
2-ОЙ ЗАВТРАК	Сок фруктовый	120	120	65,46\65,46
ОБЕД	Суп гороховый с гренками	150/7	180/15	98,00\136,00
	Котлета рыбная, запеченная в томатном соусе	50/10	60/20	135,00\149,00
	Рис отварной с овощами	110	130	125,00\150,00
	Салат из квашенной капусты	40	60	36,00\48,00
	Кисель из сухофруктов	150	180	75,00\88,00
	Хлеб пшеничный	15	20	35,25\47,00
	Хлеб ржаной	28	35	65,00\81,00
	Булочка молочная	60	70	168,40\185,80
ПОЛДНИК	Кофейный напиток на молоке	180	200	122,40\134,44



Меню

ранний/ дошкольный возраст

5-ый день	Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша молочная «Дружба»	150	200	155,00\237,23
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00\111,00
	Чай с сахаром	180	200	48,00\53,33
2-ОЙ ЗАВТРАК	Яблоко	102	105	48,00\49,00
ОБЕД	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150/8	180,12	123,00\167,00
	Жаркое по-домашнему	140	160	200,00\301,00
	Салат из соленых огурцов	40	60	25,00\28,00
	Компот из свежих фруктов	150	180	51,00\61,00
	Хлеб пшеничный	20	27	47,00\63,00
	Хлеб ржаной	28	35	65,00\81,00
	Запеканка творожная со сгущенным молоком	120/10	130/26	207,00\248,00
ПОЛДНИК	Какао на молоке	180	200	99,6\111,00



Меню

ранний/ дошкольный возраст

ПРЕИМУЩЕСТВА
НАШЕГО ПИТАНИЯ

6-ой день	Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	100	110	160,00\182,13
	Зеленый горошек	40	50	17,79\21,99
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00\87,00
	Чай с сахаром	180	180	48,00\48,00
2-ой ЗАВТРАК	Сок фруктовый	120	120	65,46\65,46
ОБЕД	Борщ с фасолью на мясном бульоне	150	200	140,00\166,20
	Печень по-строгановски	60	80	120,10\130,21
	Вермишель отварная с маслом	110	130	94,00\120,25
	Салат из квашеной капусты со свеклой и зеленым горошком	40	60	41,00\48,00
ПОЛДНИК	Компот из сухофруктов	150	180	64,80\80,50
	Хлеб пшеничный	20	27	47,00\63,00
	Хлеб ржаной	28	35	65,00\81,00
	Булочка с «посыпкой»	60	70	145,00\189,00
	Молочный продукт	150	180	70,00\81,00



Меню

ранний/ дошкольный возраст



7-ой день	Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная	150	200	175,00\237,50
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5	87,00\111,00
	Чай с сахаром	180	200	48,00\53,33
2-ОЙ ЗАВТРАК	Яблоко	102	105	48,00\49,00
ОБЕД	Суп с клецками	150	200	99,00\136,00
	Голубцы ленивые со сметанным соусом	150/30	180/30	265,00\296,00
	Соленый огурец	40	60	4,57\6,00
	Компот из свежих фруктов	150	180	51,00\61,00
	Хлеб пшеничный	20	27	47,00\63,00
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	28	35	65,00\81,00
	Сырники из творога со сгущенным молоком	110/20	120/30	182,10\239/20
	Молоко кипяченое	150	180	70,0\81,00





Меню

ранний/ дошкольный возраст

8-ой день НАШЕГО ПИТАНИЯ		Наименование блюда		Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК		Каша рисовая молочная		150	200	127,00\203,00
		Хлеб пшеничный с маслом		20/5	25/5	87,00\111,00
		Кофейный напиток на молоке		180	200	122,40\134,44
2-ОЙ ЗАВТРАК		Яблоко		102	105	48,00\49,00
ОБЕД		Суп Харчо		150	200	180,06\200,83
		Шницель из мяса птицы запеченный		60	70	115,00\118,00
		Каша гречневая		110	130	113,70\117,65
		Огурец соленый		40	60	4,57\6,00
		Компот из сухофруктов		150	180	64,8\80,50
		Хлеб пшеничный		20	27	47,00\63,00
		Хлеб ржаной		28	35	65,00\81,00
		Яйцо отварное		40	40	43,00\43,00
ПОЛДНИК		Икра кабачковая		40	50	48,00\60,00
		Хлеб ржаной		20	30	46,00\56,00
		Сок фруктовый		150	180	100,25\115,50
		Кондитерское изделие		20	50	56,4\114,30



Меню

ранний/ дошкольный возраст

ПРЕИМУЩЕСТВА

9-ый день
НАШЕГО ПИТАНИЯ

Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК			
Каша пшеничная молочная	150	200	175,00\237,33
Хлеб пшеничный с маслом	20/5	20/5	87,00\87,00
Чай с сахаром	180	180	48,00\48,00
2-ОЙ ЗАВТРАК			
Сок фруктовый	110	110	60,00\60,00
ОБЕД			
Суп с крупой на мясном бульоне	150	200	128,00\154,00
Рыба по-польски	60	80	135,70\216,00
Икра свекольная	110	130	50,00\54,00
Компот из сухофруктов	150	180	64,80\80,50
Хлеб пшеничный	20	27	47,00\63,00
Хлеб ржаной	28	35	65,00\81,00
ПОЛДНИК			
Пирожок с повидлом	60	70	152,70\197,67
Кофейный напиток на молоке	180	200	122,40\134,44



Меню

ранний/ дошкольный возраст

ПРЕИМУЩЕСТВА
НАШЕГО ТИТАНИИ



10-ый день	Наименование блюда	Выход блюда (граммы)		Энергетическая ценность (ккал)
ЗАВТРАК	Каша пшенная молочная	150	200	175,00 \214,00
	Хлеб пшеничный с маслом, сыром	20/5/6	25/5/10	102,0 \128,0
	Какао на молоке	180	200	99,6 \101,11
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	120	120	65,46 \65,46
ОБЕД	Суп рыбный	150	200	131,00 \140,00
	Биточки мясные, запеченные в соусе томатном	50/10	60/20	174,00 \203,00
	Картофельное пюре	120	150	144,00 \147,00
	Салат из свеклы с зеленым горошком	40	60	37,00 \53,00
	Компот из сухофруктов	150	180	64,80 \80,50
	Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной	20/27	28/35	47,00/81,00 \63,00/81,00
ПОЛДНИК	Кондитерское изделие (печенье)	50	70	114,30 \167,80
	Чай с сахаром	180	200	48,00 \53,33
	Фрукты свежие (яблоко)	102	105	48,00 \49,00