

**Ежедневное меню с 13.06.2023 по 16.06.2023**

	13.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	14.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	15.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	16.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад		
	наименование блюда	масса порции гр.	наименование блюда	масса порции гр.	наименование блюда	масса порции гр.	наименование блюда	масса порции гр.		
завтрак	Каша из овсяных хл. «Геркулес» жидкая	155.0 / 190.0	Каша рисовая молочная жидкая	150.0 / 200.0	Каша пшеничная Мол. жидкая	150.0 / 200.0	Каша кукурузная мол. жидкая	155.0 / 200.0		
	Какао с молоком	180.0 / 190.0	Чай с молоком	180.0 / 200.0	Кофейный напиток с молоком	180.0 / 200.0	Какао с молоком	180.0 / 180.0		
	Бутерброд с джемом	15.0 / 30.0	Бутерброд с маслом	20.0 / 25.0	Бутерброд с сыром	20.0 / 30.0	Бутерброд с джемом	15.0 / 30.0		
	<b>итого</b>	<b>350.0 / 410.0</b>	<b>итого</b>	<b>355.0 / 425.0</b>	<b>итого</b>	<b>350.0 / 430.0</b>	<b>итого</b>	<b>350.0 / 410.0</b>		
2-ой завтрак	Молоко кипячёное 3.2%	130.0 / 160.0	Ряженка м.д.ж.2.5%	130.0 / 170.0	Сок апельсиновый	140.0 / 190.0	Молоко кипяч. 3.2%	130.0 / 160.0		
	<b>Итого</b>	<b>130.0 / 160.0</b>	<b>Итого</b>	<b>130.0 / 170.0</b>	<b>итого</b>	<b>140.0 / 190.0</b>	<b>итого</b>	<b>130.0 / 160.0</b>		
Обед сметана	Винегрет овощной	40.0 / 50.0	Салат из свежих помидоров с репчатым луком	50.0 / 60.0	Салат картофельный с солёным огурцом	40.0 / 60.0	Салат из свежих помидоров	40.0 / 60.0		
	Суп крестьянский с крупой	150.0 / 200.0	Свекольник	150.0 / 200.0	Суп картоф. с макарон. изд.	150.0 / 200.0	Борщ с картофелем	160.0 / 200.0		
	Сметана 15%	5.0 / 5.0	Сметана 15%	5.0 / 5.0	Суфле из птицы	50.0 / 70.0	Сметана 15%	10.0 / 10.0		
	Запеканка картоф. с печенью	140.0 / 190.0	Рулет из говядины с луком и яйцом	50.0 / 70.0	Капуста тушёная	130.0 / 150.0	Тефтели из говядины в молочн. соусе	50.0 / 70.0		
	Соус сметанный натуральный	25.0 / 30.0	Рис отварной	110.0 / 130.0	Компот из свежих яблок	160.0 / 200.0	Макарон.издел ия отварные	110.0 / 130.0		
	Компот из апельсинов	150.0 / 200.0	Соус сметанный	25.0 / 30.0	Хлеб «Столичный» пш-рж.	40.0 / 55.0	Компот из апельсинов	160.0 / 190.0		
	Хлеб «Столичный» пш-ржаной	30.0 / 40.0	Компот из апельс. с яблоками	150.0 / 200.0			Хлеб «Столичный» пш-ржаной	30.0 / 40.0		
			Хлеб «Столичный» пш- ржаной	40.0 / 50.0						
	<b>итого</b>	<b>540.0 / 715.0</b>	<b>итого</b>	<b>580.0/745.0</b>	<b>итого</b>	<b>570,0/735.0</b>	<b>итого</b>	<b>560.0 / 700.0</b>		
Полдник	Сок яблочный	160.0 / 200.0	Простокваша м.д.ж. 2.5%	160.0 / 210.0	Кефир 2.5%	190.0 / 210.0	Сок яблочный	170.0 / 200.0		
	Булочка дорожная	40.0 / 50.0	Булочка Осенняя	40.0 / 50.0	Пряники заварные	30.0 / 45.0	Вагрушка лакомка	35.0 / 50.0		
	<b>итого</b>	<b>200.0 / 250.0</b>	<b>итого</b>	<b>200.0 / 260.0</b>	<b>итого</b>	<b>220.0 / 255.0</b>	<b>итого</b>	<b>205.0 / 250.0</b>		

Ужин	Пудинг из творога запеченный	80.0 / 95.0	Рагу из овощей	120.0 / 200.0	Апельсин	80.0 / 110.0	Запеканка из творога	80.0 / 100.0		
	Соус молочный сладкий	20.0 / 35.0	Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный	20.0 / 20.0	Огурец свежий в нарезку	30.0 / 40.0	Соус молочный сладкий	20.0 / 35.0		
	Кисель из концентрата плодов- ягодного	170.0 / 200.0	Яйцо вареное	20.0 / 20.0	Биточки из трески с овощами с соусом №385	50.0 / 70.0	Кисель из концентрата плодов и ягодного	180.0 / 200.0		
	Салат из картофеля с помидорами	50.0 / 50.0	Компот из смеси сухо фруктов	150.0 / 200.0	Пюре картофельное с морковью	110.0 / 140.0	Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный	20.0 / 25.0		
	Яблоко	100.0 / 130.0	Банан	90.0 / 100.0	Чай с сахаром	160.0 / 190.0	Яблоко	100.0 / 130.0		
					Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный	20.0 / 25.0				
	<b>итого</b>	<b>420.0 / 510.0</b>	<b>итого</b>	<b>400.0 / 540.0</b>	<b>итого</b>	<b>450.0 / 575.0</b>	<b>итого</b>	<b>400.0 / 490.0</b>		

### Ежедневное меню с 19.06.2023 по 23.06.2023

	19.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	20.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	21.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	22.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	23.06.2023	Выход гр.р.в./ д.сад
	наименование блюда	масса порции гр.	наименование блюда	масса порции гр.	наименование блюда	масса порции гр.	наименование блюда	масса порции гр.	наименование блюда	масса порции гр.
завтрак	Каша из оvs. хлопьев Геркулес жидкая	150.0 / 190.0	Каша пшеничная молочная жидкая	145.0 / 200.0	Каша гречневая вязкая молочная	150.0 / 200.0	Каша манная молочная жидкая	150.0 / 200.0	Каша «Дружба»	150.0 / 190.0
	Кофейный напиток с молоком	180.0 / 190.0	Какао с молоком	180.0 / 200.0	Чай с сахаром	180.0 / 200.0	Чай с молоком	180.0 / 200.0	Кофейный напиток с молоком	180.0 / 190.0
	Бутерброд с джемом	20.0 / 30.0	Бутерброд с сыром	25.0 / 30.0	Бутерброд с маслом	20.0 / 25.0	Бутерброд с джемом	20.0 / 30.0	Бутерброд с сыром	20.0 / 30.0
	<b>итого</b>	<b>350.0 / 410.0</b>	<b>итого</b>	<b>350.0 / 430.0</b>	<b>итого</b>	<b>350.0 / 425.0</b>	<b>итого</b>	<b>350.0 / 430.0</b>	<b>итого</b>	<b>350.0 / 410.0</b>
2-ой завтрак	Сок апельсиновый	140.0 / 190.0	Молоко кипячёное м.д.ж.3.2%	130.0 / 160.0	Ряженка м.д.ж. 2.5%	130.0 / 170.0	Сок апельсиновый	140.0 / 190.0	Молоко кипячёное м.д.ж.3.2%	130.0 / 170.0
	<b>итого</b>	<b>140.0 / 190.0</b>	<b>итого</b>	<b>130.0 / 160.0</b>	<b>итого</b>	<b>130.0 / 170.0</b>	<b>итого</b>	<b>140.0 / 190.0</b>	<b>итого</b>	<b>130.0 / 170.0</b>
Обед	Винегрет овощной	40.0 / 50.0	Салат из свеклы отварной	40.0 / 60.0	Салат картофельный с солеными огурцами	40.0 / 60.0	Винегрет овощной	40.0 / 50.0	Салат из свежих помидоров с репчатым луком	40.0 / 50.0

	Суп картофельный с вермишелью	160.0 / 190.0	Рассольник домашний	150.0 / 200.0	Свекольник	150.0 / 200.0	Борщ с капустой и картофелем	150.0 / 200.0	Суп картофельный с горохом	150.0 / 190.0
	Печень в сметанном соусе	50.0 / 70.0	Сметана 15%	5.0 / 7.0	Сметана 15%	5.0 / 5.0	Птица в соусе с томатом	50.0 / 70.0	Котлета рыбная	50.0 / 70.0
	Рис отварной	110.0 / 130.0	Зразы из говядины с рисом	50.0 / 70.0	Котлеты «Пермские»	60.0 / 70.0	Макаронные изделия отварные	110.0 / 130.0	Пюре картофельное	110.0 / 130.0
	Компот из свежих яблок	180.0 / 200.0	Капуста тушёная	120.0 / 130.0	Свекла тушеная в сметанном соусе	120.0 / 140.0	Компот из свежих яблок	180.0 / 200.0	Соус сметанный	20.0 / 20.0
	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	20.0 / 35.0	Соус сметанный	20.0 / 25.0	Компот из сушеных фруктов	180.0 / 200.0	Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной	30.0 / 45.0	Компот из апельсинов	180.0 / 200.0
			Компот из апельсинов	170.0 / 200.0	Хлеб «Столичный» пш-ржаной	25.0 / 40.0			Хлеб «Столичный» пш-ржаной	30.0 / 50.0
			Хлеб «Столичный» пш-ржаной	20.0 / 40.0						
	<b>итого</b>	<b>560.0 / 675.0</b>	<b>итого</b>	<b>575.0 / 732.0</b>	<b>итого</b>	<b>580.0 / 715.0</b>	<b>итого</b>	<b>560.0 / 690.0</b>	<b>итого</b>	<b>580.0 / 710.0</b>
Полдник	Кефир 2,5% жирность	190.0 / 210.0	Сок яблочный	170.0 / 200.0	Простокваша м.д.ж.2,5%	160.0 / 210.0	Кефир м.д.ж 2,5%	190.0 / 210.0	Сок яблочный	160.0 / 200.0
	Пряники заварные	30.0 / 45.0	Ватрушка лакомка	35.0 / 50.0	Булочка осенняя	40.0 / 50.0	Пряники заварные	30.0 / 45.0	Булочка дорожная	40.0 / 50.0
	<b>итого</b>	<b>210.0 / 255.0</b>	<b>итого</b>	<b>205.0 / 250.0</b>	<b>итого</b>	<b>200.0 / 260.0</b>	<b>итого</b>	<b>220.0 / 255.0</b>	<b>итого</b>	<b>200.0 / 250.0</b>
Ужин	Макаронные изделия отварные с сыром	140.0 / 190.0	Пудинг из творога	70.0 / 100.0	Рагу из овощей	140.0 / 180.0	Зразы из трески с яйцом	50.0 / 70.0	Омлет с морковью с маслом	100.0 / 120.0
	Банан	80.0 / 90.0	Соус молочный сладкий	30.0 / 30.0	Яйцо варёное	20.0 / 20.0	Картофель отварной в молоке	120.0 / 130.0	Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный	30.0 / 40.0
	Салат из свежих помидоров с перцем	40.0 / 60.0	Салат из картофеля с помидорами	50.0 / 60.0	Напиток из шиповника	150.0 / 190.0	Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный	20.0 / 35.0	Яблоко	100.0 / 140.0
	Кисель из концентр.плодового или ягодн.	150.0 / 190.0	Компот из апельсинов и яблок	180.0 / 200.0	Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный	20.0 / 30.0	Кисель из концентрата плодового или ягодного	180.0 / 180.0	Компот из яблок и апельсинов	180.0 / 200.0
			Яблоко	100.0 / 120.0	Апельсин	90.0 / 110.0	Салат из св. огурцов с помидорами	40.0 / 60.0		
	<b>итого</b>	<b>410.0 / 540.0</b>	<b>итого</b>	<b>430.0 / 500.0</b>	<b>итого</b>	<b>420.00 / 530.0</b>	<b>итого</b>	<b>410.0 / 455.0</b>	<b>итого</b>	<b>410.0 / 500.0</b>