

Ежедневное меню с 11.09.2023 по 15.09.2023

	11.09.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	12.09.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	13.09.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	14.09.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	15.09.2023	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 пшенная молочная жидкая	155.0 / 190.0	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
	Кофейный напиток с молоком	180.0 / 190.0	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 сыром	15.0 / 30.0	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
	итого	350.0 / 410.0	итого	350.0 / 410.0	итого	355.0 / 425.0	итого	350.0 / 430.0	итого	350.0 / 410.0
2-ой завтрак	Сок апельсиновый	140.0 / 190.0	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
	итого	140.0 / 190.0	Итого	130.0 / 160.0	Итого	130.0 / 170.0	итого	140.0 / 190.0	итого	130.0 / 160.0
Обед сметана	Салат из свеклы с чесноком	40.0 / 50.0	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
	Рассольник Ленинградский	160.0 / 200.0	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%	10.0 / 10.0	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
	Плов из говядины	150.0 / 210.0	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
	Компот из свежих яблок	180.0 / 200.0	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
	Хлеб «Столичный» пшенично- ржаной	40.0 / 50.0	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				
	итого	580.0/720.0	итого	540.0 / 715.0	итого	580.0/745.0	итого	570,0/735.0	итого	560.0 / 700.0
	Полдник	Пряники заварные	30.0 / 45.0	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
Кефир 2,5 %		190.0 / 210.0	Булочка дорожная	40.0 / 50.0	Булочка Осенняя	40.0 / 50.0	Пряники заварные	30.0 / 45.0	Ватрушка лакомка	35.0 / 50.0
итого		220.0 / 255.0	итого	200.0 / 250.0	итого	200.0 / 260.0	итого	220.0 / 255.0	итого	205.0 / 250.0

Ужин	Омлет натуральный	75.0 / 100.0	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
	Компот из яблок с лимоном	180.0 / 200.00	Соус молочный сладкий	20.0 / 35.0	Батон «Рябиношка» витаминизир., йодированный	20.0 / 20.0	Огурец свежий в нарезку	30.0 / 40.0	Соус молочный сладкий	20.0 / 35.0
	Батон «Рябиношка» витаминизир., йодированный	20.0 / 35.00	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 свежих помидоров и огурцов	40.0 / 60.0	Салат из картофеля с помидорами	50.0 / 50.0	Компот из смеси сухофруктов	150.0 / 200.0	Пюре картофельное с морковью	110.0 / 140.0	Батон «Рябиношка» витаминизир., йодированный	20.0 / 25.0
	Апельсин с сахаром	90.0 / 100.0	Яблоко	100.0 / 130.0	Банан	90.0 / 100.0	Чай с сахаром	160.0 / 190.0	Яблоко	100.0 / 130.0
							Батон «Рябиношка» витаминизир., йодированный	20.0 / 25.0		
	итого	405,0 / 500.0	итого	420.0 / 510.0	итого	400.0 / 540.0	итого	450.0 / 575.0	итого	400.0 / 490.0

Ежедневное меню с 18.09.2023 по 22.09.2023

	18.09.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	19.09.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	20.09.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	21.09.2023	Выход гр.р.в./ д.сад	22.09.2023	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
	итого	350.0 / 410.0	итого	350.0 / 430.0	итого	350.0 / 425.0	итого	350.0 / 430.0	итого	350.0 / 410.0
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
	итого	140.0 / 190.0	итого	130.0 / 160.0	итого	130.0 / 170.0	итого	140.0 / 190.0	итого	130.0 / 170.0
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						
	итого	560.0 / 675.0	итого	575.0 / 732.0	итого	580.0 / 715.0	итого	560.0 / 690.0	итого	580.0 / 710.0
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
	итого	210.0/ 255.0	итого	205.0 / 250.0	итого	200.0 / 260.0	итого	220.0 / 255.0	итого	200.0 / 250.0
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 ягоdn.	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 ягоdnого	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		
	итого	410.0 / 540.0	итого	430.0 / 500.0	итого	420.00 / 530.0	итого	410.0 / 455.0	итого	410.0 / 500.0