

Ежедневное меню с 23.10.2023 по 27.10.2023

| | 23.10.2023 | Выход гр.р.в./ д.сад | 24.10.2023 | Выход гр.р.в./ д.сад | 25.10.2023 | Выход гр.р.в./ д.сад | 26.10.2023 | Выход гр.р.в./ д.сад | 27.10.2023 | 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 пшеничная 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 картофельный с зел горошком | 35.0 / 55.0 | Салат из свеклы отварной | 40.0 / 60.0 | Салат картоф. с солёным огурцом | 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 капустой и 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 наатуральный | 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 | 150.0 / 180.0 |
| | | | 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 | 565.0/740.0 | итого | 570,0/735.0 | итого | 550.0 / 690.0 |
| 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 | 170.0 / 200.0 |
| | 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 «Рябинушка» витаминизир., йодированный | 20.0 / 20.0 | Биточки из трески с овощами | 50.0 / 70.0 | Соус молочный сладкий | 20.0 / 35.0 |
| | Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный | 20.0 / 35.00 | Кисель из концентрата плодов- ягодного | 180.0 / 200.0 | Яйцо вареное | 20.0 / 20.0 | Пюре картофельное с морковью | 110.0 / 140.0 | Кисель из концентрата плодов и ягодного | 180.0 / 200.0 |
| | Салат из моркови и зелёного горошка | 35.0 / 60.0 | Салат из свеклы с зеленым горошком | 40.0 / 60.0 | Компот из смеси сухофруктов | 150.0 / 200.0 | Чай с сахаром | 160.0 / 190.0 | Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный | 20.0 / 25.0 |
| | Апельсин с сахаром | 90.0 / 100.0 | Яблоко | 100.0 / 130.0 | Банан | 90.0 / 100.0 | Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный | 20.0 / 25.0 | Яблоко | 100.0 / 130.0 |
| | итого | 400.0 / 495.0 | итого | 420.0 / 520.0 | итого | 400.0 / 540.0 | итого | 420.0 / 535.0 | итого | 400.0 / 490.0 |

Ежедневное меню с 30.10.2023 по 03.11.2023

| | 30.10.2023 | Выход гр.р.в./ д.сад | 31.10.2023 | Выход гр.р.в./ д.сад | 01.11.2023 | Выход гр.р.в./ д.сад | 02.11.2023 | Выход гр.р.в./ д.сад | 03.11.2023 | 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 | 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 | Салат картофельный с зелёным горошком | 35.0 / 50.0 | Салат из свеклы с чесноком | 40.0 / 50.0 |
| | Суп картофельный с | 160.0 / 190.0 | Рассольник домашний | 150.0 / 200.0 | Суп крестьянский с | 150.0 / 200.0 | Борщ с капустой и | 150.0 / 200.0 | Суп картофельный | 150.0 / 180.0 |

| | | | | | | | | | | |
|---------|---|----------------------|-------------------------------------|----------------------|--|-----------------------|--|----------------------|--|----------------------|
| | вермишелью | | | | крупой | | картофелем | | с горохом | |
| | 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 / 140.0 | 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 / 40.0 | Компот из сушеных фруктов | 180.0 / 200.0 | Хлеб «Столичный» пшенично-ржаной | 30.0 / 40.0 | 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 / 730.0 | итого | 580.0 / 715.0 | итого | 560.0 / 690.0 | итого | 580.0 / 700.0 |
| 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 творожный запечённый | 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 | 70.0 / 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 свеклы с солёным огурцом | 50.0 / 60.0 | Салат из моркови и зеленого горошка | 35.0 / 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 | 120.0 / 120.0 | Апельсин | 90.0 / 110.0 | Салат из огурцов с луком | 50.0 / 60.0 | | |
| | итого | 410.0 / 530.0 | итого | 435.0 / 510.0 | итого | 420.00 / 530.0 | итого | 420.0 / 455.0 | итого | 410.0 / 500.0 |