

Ежедневное меню с 09.01.2024 по 12.01.2024

	09.01.2024	Выход гр.р.в./ д.сад	10.01.2024	Выход гр.р.в./ д.сад	11.01.2024	Выход гр.р.в./ д.сад	12.01.2024	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
	итого	350.0 / 410.0	итого	355.0 / 425.0	итого	350.0 / 430.0	итого	350.0 / 410.0
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
	Итого	130.0 / 160.0	Итого	130.0 / 170.0	итого	140.0 / 190.0	итого	130.0 / 160.0
Обед сметана	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
	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%	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	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	540.0 / 715.0	итого	565.0/740.0	итого	570,0/735.0	итого	550.0 / 690.0
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	Ватрушка лакомка	35.0 / 50.0
	итого	200.0 / 250.0	итого	200.0 / 260.0	итого	220.0 / 255.0	итого	205.0 / 250.0

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	Биточки из трески с овощами	50.0 / 70.0	Соус молочный сладкий	20.0 / 35.0
	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 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
	Яблоко	100.0 / 130.0	Банан	90.0 / 100.0	Батон «Рябинушка» витаминизир., йодированный	20.0 / 25.0	Яблоко	100.0 / 130.0
	итого	420.0 / 520.0	итого	400.0 / 540.0	итого	420.0 / 535.0	итого	400.0 / 490.0

Ежедневное меню с 15.01.2024 по 19.01.2024

	15.01.2024	Выход гр.р.в./ д.сад	16.01.2024	Выход гр.р.в./ д.сад	17.01.2024	Выход гр.р.в./ д.сад	18.01.2024	Выход гр.р.в./ д.сад	19.01.2024	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 «Рябиношка» 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 «Рябиношка» 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 «Рябиношка» 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	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