

Примерное двадцатидневное меню для категории: до 3 лет Сентябрь 2024

1 неделя

Заведующая

Сычева О.А.

"Утверждаю"

Понедельник	Выход	Вторник	Выход	Среда	Выход	Четверг	Выход	Пятница	Выход
ЗАВТРАК Каша ячневая молочная.*	150	ЗАВТРАК Каша кукурузная молочная.*	150	ЗАВТРАК Каша молочная из разных круп.*	150	ЗАВТРАК Каша пшеничная молочная.*	150	ЗАВТРАК Каша рисовая молочная.*	150
Кофейный напиток без молока.**	180	Какао с молоком.**	180	Батон с маслом сливочным и повидлом.*	20/4/5	Кофейный напиток без молока.**	180	Какао с молоком.**	180
Батон с маслом сливочным.*	20/4	Батон с маслом сливочным и сыром.*	20/4/7	Чай с шиповником.**	180	Батон с маслом сливочным.*	20/4	Батон с маслом сливочным и сыром.*	20/4/7
10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".*	100	10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".*	100	10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".*	100	10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".*	100	10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".*	100
ОБЕД Икра овощная красная.**	40	ОБЕД Помидор порционно свежий.**	40	ОБЕД Огурец порционный свежий.**	40	ОБЕД Суп картофельный с рыбными фрикадельками.**	150	ОБЕД Рассольник.**	150
Суп сырный.**	150	Суп "Рябчик".**	150	Борщ вегетарианский (без картофеля).**	150	Билус с мясом.**	160	Руллет мясной с яйцом.**	50
Лодья-кебаб.**	50	Макаронник с печенью.**	160	Азу с чесноком и картофелем.**	160	Компот из груши и изюма.**	150	Кисель из клюквы.**	150
Пюре из гороха с маслом.**	110	Соус красный основной.**	30	Компот из апельсин и яблок.**	150	Хлеб столичный.*	40	Хлеб столичный/пшеничный.*	20/20
Кисель из сухих фруктов.**	150	Напиток ягодный из брусники и клюквы.**	180	Хлеб столичный/пшеничный.*	20/20				
Хлеб столичный/пшеничный.*	20/20	Хлеб столичный.*	40	ПОЛДНИК Йогурт.*	150	ПОЛДНИК Кисломолочный продукт "Кефир".*	150	ПОЛДНИК Молоко кипрчешное.**	150
ПОЛДНИК Кисломолочный	150	ПОЛДНИК Кисломолочный	150	Булочка домашняя.*	50	Персики	50	Пирожок с капустой.**	50
продукт "Снежок".*		продукт "Ряженка".*	25			Мармелад	20		
Пирожок с картошкой.**	50	Праник "Северный".*	50						
УЖИН Винегрет.**	40	УЖИН Сливки	50	УЖИН Салат из томатов в с.с.**	40	УЖИН Салат из яблок, апельсин и бананов с сахаром.**	40	УЖИН Салат из зеленого горошка.**	40
Омлет натуральный с маслом.**	130/5	Салат из моркови с яблоком и курагой.**	40	Руллет рисовый с рыбой.*	150	Творог, припущенный (запеченный) со сметаной.*	70	Рыба, тушеная в сметане.*	60
Чай сладкий.**	180	Сырники.*	120	Соус сметанный с томатом и луком.*	30	Чай сладкий.**	180	Картофельное пюре.**	110
Хлеб пшеничный/столичный.*	20/20	Подливка сметанный сладкий.*	30	Компот из сухих фруктов.**	150	Чай прибрежный.*	40	Чай с лимоном.**	180
Апельсин или (яблоко-гипоаллергенная дивета)*	50	Чай полусладкий.**	180	Хлеб пшеничный/столичный.*	20/20	Хлеб пшеничный/столичный.*	40	Хлеб пшеничный/столичный.*	20/20
		Хлеб пшеничный.*	40						

"Утверждаю"

Сычева О.А

Заведующая

2 недели

Сентябрь 2024

Примерное двадцатидневное меню для категории: до 3 лет

01.09.24 - 30.09.24

Понедельник	Выход	Вторник	Выход	Среда	Выход	Четверг	Выход	Пятница	Выход
ЗАВТРАК Каша манная молочная.* 150 Чай с шиповником.** 180 Батон с маслом сливочным и повидлом.* 20/4/5		ЗАВТРАК Каша пшеничная молочная.* 150 Кофейный напиток без молока.** 180 Батон с маслом сливочным.* 20/4		ЗАВТРАК Каша гречневая на молоке.* 150 Какао с молоком.** 180 Батон с маслом сливочным и с сыром.* 20/4/7		ЗАВТРАК Каша "Дружба".* 150 Чай с шиповником.** 180 Батон с маслом сливочным и повидлом.* 20/4/5		ЗАВТРАК Каша овсяная "Теркулес" молочная.* 150 Кофейный напиток без молока.** 180 Батон с маслом сливочным.* 20/4	
10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".* 100		10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".* 100		10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".* 100		10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".* 100		10 ЧАСОВ Сок "Яблочный".* 100	
ОБЕД Салат из свежей капусты.* 40 Суп картофельный с домашней лапшой.** 150 Гуляш мясной.** 50 Каша гречневая рассыпчатая.** 110 Компот из апельсинов. 150 сухофруктов или чернослива.** 20/20		ОБЕД Салат из сладкого перца.** 40 Суп гороховый.** 150 Запеканка картофельная с отварными мясом.** 160 отварными мясом.** 30 Соус красный основной.** 150 Компот из чернослива.** 40 Хлеб столичный.*		ОБЕД Салат из редиса с огурцами.** 40 Суп картофельный с мясными фрикадельками.** 150 Сердце в соусе.** 60 Макаронные изделия с маслом.** 110 Кисель из брусники.** 150 Хлеб столичный/пшеничный.* 20/20		ОБЕД Суп рыбный.** 150 Ласточкино гнездо.* 70 Капуста тушеная с томатной пастой.** 110 Компот яблочный.** 150 Хлеб столичный.* 40		ОБЕД Салат из свежих огурцов с луком.* 150 Борщ.** 150 Глив с мясом.** 160 Компот из яблок, груш, кураги.** 150 Хлеб столичный/пшеничный.* 20/20	
ПОЛДНИК Кисломолочный продукт "ряженка".* 25 Пряник "Фестивальный".* 50 Слива 40 Винегрет.** 40 Омлет натуральный с маслом.** 130/5 Компот яблочный.** 150 Хлеб пшеничный/столичный.* 20/20		ПОЛДНИК Йогурт.* 150 Шанашка наливная.** 50		ПОЛДНИК Кисломолочный продукт "Кефир".* 150 Нектарин 50		ПОЛДНИК Кисломолочный продукт "Снежок".* 150 Пирожок с картошкой и печенью.** 50		ПОЛДНИК Молоко кипяченое.** 150 Добрыкасы 50	
УЖИН Салат "Яблочный".* 40 Салат морковный.* 40 Запеканка с фруктами и творогом.* 120 Соус брусничный.* 30 Чай полусладкий.** 180 Хлеб пшеничный/столичный.* 40		УЖИН Салат морковный.* 40 Запеканка с фруктами и творогом.* 120 Соус брусничный.* 30 Чай полусладкий.** 180 Хлеб пшеничный.* 40		УЖИН Рыба под овощами.* 150 Чай не сладкий.** 180 Конфета 20 Хлеб пшеничный/столичный.* 20/20		УЖИН Салат из свеклы и яблок.** 40 Салат морковно-творожное.** 120 Сладкий сладкий подлив из крахмала.* 30 Компот из сухих фруктов.** 150 Хлеб прибрежный.* 40		УЖИН Салат "Яблочный".* 40 Расстегай с рыбой.* 120 Чай с лимоном.** 180 Хлеб пшеничный/столичный.* 20/20	

Понедельник	Выход	Вторник	Выход	Среда	Выход	Четверг	Выход	Пятница	Выход
ЗАВТРАК Каша янвевая молочная *	150	ЗАВТРАК Каша кукурузная молочная *	150	ЗАВТРАК Каша молочная из разных круп *	150	ЗАВТРАК Каша пшеница молочная *	150	ЗАВТРАК Каша рисовая молочная *	150
Какао с молоком. **	180	Чай с шиповником. **	180	Кофейный напиток без молока. **	180	Какао с молоком. **	180	Чай с шиповником. **	180
Батон с маслом сливочным и с сыром *	20/4/7	Батон с маслом сливочным и повидлом. *	20/4/5	Батон с маслом сливочным. *	20/4	Батон с маслом сливочным и с сыром. *	20/4/7	Батон с маслом сливочным и повидлом. *	20/4/5
10 ЧАСОВ Сок "Яблочный."	100	10 ЧАСОВ Сок "Яблочный."	100	10 ЧАСОВ Сок "Яблочный."	100	10 ЧАСОВ Сок "Яблочный."	100	10 ЧАСОВ Сок "Яблочный."	100
ОБЕД Икра овощная красная. **	40	ОБЕД Помидор порционно свежий. **	40	ОБЕД Свекольник с отварной свеклой. **	150	ОБЕД Рыба в бульоне с гречками. **	150	ОБЕД Салат из консервированных огурцов и томатов в с/с. **	40
Суп овощной. **	150	Бабушкин суп. **	150	Свекольник с отварной свеклой. **	50	Рулет мясной с яйцом. **	50	Суп сырный. **	150
Печень по-строгановски. **	50/10	Дзу с чесноком и картофелем. **	160	Слоеные голубцы с мясом. **	160	Морковь в сметане. **	110	Запеканка вермишелевая с отварным мясом. **	160
Каша перловая рассыпчатая. **	110	Компот грушевый. **	150	Кисель из сухих фруктов. **	150	Напиток ягодный из брусники и клюквы. **	180	Соус красный основной. **	30
Кисель из свежемороженой фруктовой (ягодной) смеси. **	150	Хлеб столичный. *	40	Хлеб столичный/пшеничный. *	20/20	Хлеб столичный. *	40	Компот из апельсин и яблок. **	150
Хлеб столичный/пшеничный. *	20/20					Хлеб столичный/пшеничный. *	40	Хлеб столичный/пшеничный. *	20/20
ПОЛДНИК Йогурт. *	150	ПОЛДНИК Кисломолочный продукт "Кефир". *	150	ПОЛДНИК Кисломолочный продукт "Снежок". *	150	ПОЛДНИК Кисломолочный продукт "Ряженка". *	150	ПОЛДНИК Молоко кипяченое. **	150
Ватрушка с яблоком. *	50	Пранки "Подмосковный".	25	продукт "Снежок". *	50	Слива	50	Пирожок с капустой. **	50
		Персики	50	Хачапури. **	50				
УЖИН Винегрет. **	40	УЖИН Салат морковный. *	40	УЖИН Огурец порционный свежий. **	40	УЖИН Салат из свеклы и яблок. **	40	УЖИН Салат из зеленого горошка. **	40
Омлет натуральный с маслом. *	80/5	Вареники Ленивые. *	120	Рыбные суфле. *	70	Творожные ватрушки с курагой. *	120	Рыба, запеченная в сметане с картофелем. *	150
Чай полусладкий. **	180	Подлив киселевый. *	30	Картофельное пюре. **	110	Сладкий сладкий подлив из крахмала. *	30	Компот из сухих фруктов. **	150
Хлеб пшеничный/столичный. *	20/20	Компот из брусники. **	150	Чай с лимоном. **	180	Чай полусладкий. **	180	Хлеб пшеничный/столичный. *	20/20
Апельсин или (яблоко-гипоаллергенная диета) *	50	Хлеб пшеничный. *	40	Хлеб пшеничный/столичный. *	20/20	Хлеб прибрежный. *	40	Хлеб пшеничный/столичный. *	20/20

Понедельник	Выход	Вторник	Выход	Среда	Выход	Четверт	Выход	Пятница	Выход
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК	
Каша манная молочная *	150	Каша пшеничная молочная *	150	Каша гречневая на молоке *	150	Каша "Дружба" *	150	Каша овсянная "Гриулес" молочная *	150
Кофейный напиток без молока **	180	Какао с молоком **	180	Чай с шиповником **	180	Кофейный напиток без молока **	180	Какао с молоком **	180
Батон с маслом сливочным *	20/4	Батон с маслом сливочным и с сыром *	20/4/7	Батон с маслом сливочным и повидлом *	20/4/5	Батон с маслом сливочным *	20/4	Батон с маслом сливочным и с сыром *	20/4/7
10 ЧАСОВ		10 ЧАСОВ		10 ЧАСОВ		10 ЧАСОВ		10 ЧАСОВ	
Сок "Яблочный" *	100	Сок "Яблочный" *	100	Сок "Яблочный" *	100	Сок "Яблочный" *	100	Сок "Яблочный" *	100
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД	
Салат витаминный **	40	Салат из сладкого перца **	40	Салат из редиса с огурцами **	40	Суп картофельный с рыбными фрикадельками **	150	Суп картофельный с вермишелью **	150
Суп с мучными клецками **	150	Борщ вегетарианский (без картофеля) **	150	Рассольник **	150	Бигус с мясом **	160	Ласточкино гнездо *	70
Люля-кебаб **	50	Жаркое из сердца ***	160	Суфле мясное **	50	Компот из кураги и изюма **	150	Свежая тушеная в сметане *	110
Пюре из гороха с маслом **	110	Жаркое из говяжьих **	150	Макаронные изделия с маслом **	110	Компот из яблок *	40	Компот яблочный **	150
Компот из черносливки **	150	Кисель из клюквы **	150	Соус красный основной **	30	Хлеб столичный *	40	Компот яблочный **	150
Хлеб столичный/пшеничный *	20/20	Хлеб столичный *	40	Компот из апельсина, сухофруктов или черносливки **	150			Хлеб столичный/пшеничный *	20/20
				Хлеб столичный/пшеничный *	20/20				
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК	
Кисломолочный продукт "Кефир" * 150		Кисломолочный продукт "Снежок" *	150	Кисломолочный продукт "Ряженка" *	150	Йогурт *	150	Молоко кипяченое **	150
Пряник "Северный" *	25	Пряник "Северный" *	25	Зефир	25	Пирожок с картофелем и печенью **	50	Вафли	20
Абрикосы	50	Крепдел в сахаре *	50	Слива	50				
УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН		УЖИН	
Винегрет **	40	Салат из тыквы с яблоками **	40	Котлета по-волжски *	60	Салат морковный *	40	Салат из моркови с зеленым горошком ***	40
Омлет натуральный с маслом *	80/5	Пудинг творожный *	120	Овощи тушеные с баклажанами *	150	Яблоки фаршированные творогом **	120	Рыба, тушеная в томатном соусе *	60
Чай сладкий **	180	Сладкий подлив с джемом *	30	Компот из апельсинов и яблок **	150	Сладкий молочный подлив из крахмала *	30	Картофельное пюре **	110
Хлеб пшеничный/столичный *	20/20	Чай не сладкий **	180	Хлеб пшеничный/столичный *	20/20	Чай полусладкий **	180	Чай с лимоном **	180
Апельсин или (яблоко-гипоаллергенная диета) *	50	Конфета	20			Хлеб прибрежный *	40	Хлеб пшеничный/столичный *	20/20
		Хлеб пшеничный *	40						

