Примерное десятидневное меню для категории: Ясли

1 неделя

"Утверждаю"

Заведующий _____ Мурыгина С.А.

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			**ЗАВТРАК**			**ЗАВТРАК**			**ЗАВТРАК**			**ЗАВТРАК**		
**Каша пшеничная молочная	150/4	199	**Каша пшенная молочная со	150/4	96	**Каша "Геркулес" молочная	150/4	93	**Запеканка творожная с	150	131	**Омлет натуральный	130	110
жидкая			слив.маслом			жидкая с маслом сливочным			сухофруктами			**Салат из зеленого горошка	40	332
**Кофейный напиток на молоке	180	270	**Какао с молоком	150	763	**Чай с молоком	150	261	**Кофейный напиток на молоке	180	270	**Чай с сахаром	150	263
Печенье сахарное	20		Хлеб пшеничный	20		**Хлеб пшеничный с сыром	20/7		Хлеб пшеничный	20		Хлеб пшеничный	20	
Хлеб пшеничный	20													
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**			**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**			**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**			**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**		
			Сок	130		Сок	130		Яблоки	75		Сок	130	
ОБЕД			**ОБЕД**			**ОБЕД**			**ОБЕД**			**ОБЕД**		
**Салат из свеклы с	40	24	**Салат витаминный	45	2	**Салат из свеклы с солёным	40	60	**Суп с клецками	180	42	**Борщ красный со сметаной	180	43
растительным маслом			**Суп гороховый с гренками	180/11	36	огурцом			**Рагу овощное с мясом	150	120	**Суфле из печени	60	186
**Щи из свежей капусты на	180	186	**Тефтели мясные	60/15	134	**Щи из свежей капусты со	180	56	**Компот из свежих плодов	150	293	**Макароные отварные с маслом	130	104
курином бульоне						сметаной								
**Плов из кур	180	57	**Картофельное пюре	120	206	**Рыба , запечен.с	180	63	Хлеб ржаной	30		**Соус сметанный с томатом	30	178
**Компот из смеси сухофруктов	150	21	**Компот из апельсинов	150	291	картофел.по-русски			Хлеб пшеничный	20		**Напиток апельсиновый или	150	294
Хлеб пшеничный	25		Хлеб ржаной	30		**Кисель из яблок	150	301				лимонный		
Хлеб ржаной	30		Хлеб пшеничный	25		Хлеб ржаной	30					Хлеб ржаной	30	
						Хлеб пшеничный	20					Хлеб пшеничный	20	
ПОЛДНИК			**ПОЛДНИК**			**ПОЛДНИК**			**ПОЛДНИК**			**ПОЛДНИК**		
**Рогалик с повидлом	60	149	**Пудинг творожно- морковный	150	128	**Булочка "Домашняя"	50	274	**Биточки манные с повидлом	150/15	212	**Булочка молочная	50	273
**Кефир	150	251	**Молоко кипяченое	150	255	**Кефир	150	251	**Чай без сахара	150	944	**Молоко кипяченое	150	255
Яблоки	95		Соль	2,25		Соль	2,25		Соль	2,25		Яблоки	96	
Соль	2,25											Соль	2,25	

Примерное десятидневное меню для категории: Ясли .

2 неделя

"Утверждаю"

Заведующий _____ Мурыгина С.А.

Понедельник	Вых.	Карта	Вторник	Вых.	Карта	Среда	Вых.	Карта	Четверг	Вых.	Карта	Пятница	Вых.	Карта
ЗАВТРАК			**ЗАВТРАК**			**ЗАВТРАК**			**ЗАВТРАК**			**ЗАВТРАК**		
**Макаронные изделия	120	355	**Каша гречневая жидкая на	150/4	86	**Каша рисовая молочная	150	98	**Пудинг творожно- морковный	150	128	**Каша манная молочная со	150/4	88
отварные с сыром			молоке			**Кофейный напиток на молоке	180	270	**Чай с сахаром	150	263	слив.маслом		
**Кофейный напиток на молоке	180	270	**Какао с молоком	150	763	Хлеб пшеничный	20		Хлеб пшеничный	20		**Кофейный напиток на молоке	180	270
Хлеб пшеничный	20		**Хлеб пшеничный с сыром	20/7								**Хлеб пшеничный с сыром	20/7	
ВТОРОЙ ЗАВТРАК			**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**			**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**			**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**			**ВТОРОЙ ЗАВТРАК**		
Сок	120		Яблоки	95		Сок	120		Яблоки	75		Сок	120	
ОБЕД			**ОБЕД**			**ОБЕД**			**ОБЕД**			**ОБЕД**		
**Салат из белокачаной капусты	40	5	**Салат "Здоровье"	50	33	**Суп - лапша домашняя	150	65	**Рассольник домашний со	180	46	**Суп крестьянский	180	51
**Суп из овощей с зелёным	180	215	**Уха с крупой	180/18	70	**Суфле из птицы	60/4	183	сметаной			**Суфле из печени	60	186
горошком									**Ёжики в томатно-сметанном	60/35	бн			
**Шницель мясной рубленый	60	607	**Жаркое по-домашнему	180	153	**Рагу овощное	120	124	соусе			**Капуста тушеная	130	200
**Картофельное пюре	120	206	**Компот из кураги	150	268	**Кисель из яблок	150	301	**Свекла, тушёная с томатом	120	118	**Компот из сухофруктов	150	239
**Напиток из плодов шиповника	150	297	Хлеб ржаной	30		Хлеб ржаной	30		**Компот из свежих плодов	150	293	Хлеб ржаной	30	
Хлеб ржаной	30					Хлеб пшеничный	20		Хлеб ржаной	30				
									Хлеб пшеничный	20				
ПОЛДНИК			**ПОЛДНИК**			**ПОЛДНИК**			**ПОЛДНИК**			**ПОЛДНИК**		
**Кнели рыбные	60	60	**Омлет натуральный	130	110	**Булочка "Домашняя"	50	274	Печенье сахарное	40		**Винегрет	130	32
**Салат картофельный с	50	43	**Салат из зеленого горошка	40	332	**Кефир	150	251	**Какао с молоком	150	763	Яйцо куриное	1	
солёными огурцами			**Чай с сахаром	150	263	Яблоки	95		Соль	2,25		**Чай с сахаром	150	263
**Чай с сахаром	150	263	Хлеб пшеничный	25		Соль	2,25					Хлеб пшеничный	25	
Хлеб пшеничный	20		Соль	2,25								Соль	2,25	
Соль	2,25													