

Плановое типовое примерное меню (1-я неделя)

Сад (с 3 до 7 лет), Все

Сезон Летне-осенний

Понедельник	Вес	Вторник	Вес	Среда	Вес	Четверг	Вес	Пятница	Вес
Завтрак									
Макароны отварные с сыром	150	Запеканка из творога	100	Суп молочный манный	200	Суп молочный рисовый слизистый	200	Суп молочный пшеничный	200
Чай с лимоном	197	Молоко сгущенное	20	Какао с молоком	180	Чай с лимоном	197	Кофейный напиток с молоком	180
Бутерброды с маслом	40	Кофейный напиток с молоком	180	Бутерброды с сыром	45	Бутерброды с маслом	40	Бутерброды с маслом	40
		Бутерброды с маслом	40						
Второй завтрак									
Сок яблочный	170	Молоко кипяченое	180	Сок яблочный	170	Молоко кипяченое	180	Кисель витаминный	180
		Пряники	20			Печенье	20		
Обед									
Огурцы свежие	60	Перец свежий	20	Сметана ТО	10	Салат из свеклы	50	Салат из свежих помидоров с луком репчатым	80
Сметана ТО	10	Суп картофельный с мясными фрикадельками (из говядины)	220	Салат из свежих помидоров и огурцов (с репчатым луком)	80	Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	200	Суп картофельный с горохом	200
Щи из свежей капусты с картофелем	200	Тефтели из печени с рисом (со сметанным соусом)	160	Бульон с клецками мучными (куриный)	200	Котлеты рыбные любительские	90	Котлеты рубленые, запеченные с молочным соусом	80
Жаркое по-домашнему	220	Каша гречневая с овощами	100	Плов из птицы	180	Пюре картофельное	100	Рагу из овощей (с кабачками)	180
Компот из смеси сухофруктов	200	Компот из свежих яблок	180	Компот из смеси сухофруктов	200	Компот из свежих яблок	180	Чай с сахаром	190
Хлеб пшеничный	23	Хлеб пшеничный	23	Хлеб пшеничный	23	Хлеб пшеничный	16.2	Хлеб пшеничный	23
Хлеб ржано-пшеничный	42	Хлеб ржано-пшеничный	42	Хлеб ржано-пшеничный	42	Хлеб ржано-пшеничный	42	Хлеб ржано-пшеничный	42
Соль на день	4.2	Соль на день	4.2	Соль на день	4.2	Соль на день	4.2	Соль на день	4.2
Зелень свежая	5	Зелень свежая	5	Зелень свежая	5	Зелень свежая	5	Зелень свежая	5
Чеснок свежий	1	Чеснок свежий	1	Чеснок свежий	1	Чеснок свежий	1	Чеснок свежий	1
Уплотненный полдник									
Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Рагу из овощей (с кабачками)	180	Вареники ленивые со сметаной	105	Омлет натуральный	95
Кефир	180	Чай с сахаром	190	Хлеб пшеничный	15	Ряженка	180	Кефир	180
Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	15	Чай с лимоном	197	Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	15
Печенье	20	Яблоки	100	Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	50	Яблоки	100	Яблоки	100

(подпись)

(расшифровка подписи)

(подпись)

(расшифровка подписи)

Плановое типовое примерное меню (2-я неделя)

Сад (с 3 до 7 лет), Все

Сезон Летне-осенний

Понедельник	Вес	Вторник	Вес	Среда	Вес	Четверг	Вес	Пятница	Вес
Завтрак									
Яйца вареные	40	Суп молочный пшеничный	200	Запеканка из творога	100	Суп молочный манный	200	Вареники ленивые со сметаной	105
Икра кабачковая консервированная	50	Кофейный напиток с молоком	180	Молоко сгущенное	20	Чай с сахаром	190	Кофейный напиток с молоком	180
Чай с лимоном	197	Бутерброды с маслом	40	Чай с сахаром	190	Бутерброды с сыром	45	Бутерброды с маслом	40
Бутерброды с сыром	45			Бутерброды с маслом	40				
Второй завтрак									
Сок яблочный	170	Кисель витаминный	180	Сок яблочный	170	Молоко кипяченое	180	Сок яблочный	170
		Пряники	20			Пряники	20		
Обед									
Огурцы свежие	60	Сметана ТО	10	Салат из свежих помидоров и огурцов (с репчатым луком)	80	Салат из свежих помидоров с луком репчатым	80	Салат из свеклы	50
Борщ со свежей капустой и картофелем	200	Перец свежий	20	Бульон куриный с макаронными изделиями	210	Суп с рыбными консервами	200	Суп картофельный с мясными фрикадельками (из говядины)	220
Сметана ТО	10	Бульон с клецками мучными (мясной)	200	Птица, тушенная в соусе с овощами	230	Биточки паровые	80	Рыба, тушенная с овощами (минтай)	200
Тефтели из печени с рисом (со сметанным соусом)	160	Гуляш из отварного мяса	120	Компот из смеси сухофруктов	200	Капуста тушенная	200	Пюре картофельное	100
Картофель отварной	100	Макаронные изделия отварные	100	Хлеб пшеничный	23	Компот из свежих яблок	180	Компот из смеси сухофруктов	200
Компот из смеси сухофруктов	200	Компот из свежих яблок	180	Хлеб ржано-пшеничный	42	Хлеб пшеничный	8	Хлеб пшеничный	23
Хлеб пшеничный	23	Хлеб пшеничный	23	Соль на день	4.2	Хлеб ржано-пшеничный	42	Хлеб ржано-пшеничный	42
Хлеб ржано-пшеничный	42	Хлеб ржано-пшеничный	42	Зелень свежая	5	Соль на день	4.2	Соль на день	4.2
Соль на день	4.2	Соль на день	4.2	Чеснок свежий	1	Зелень свежая	5	Зелень свежая	5
Зелень свежая	5	Зелень свежая	5			Чеснок свежий	1	Чеснок свежий	1
Чеснок свежий	1	Чеснок свежий	1						
Уплотненный полдник									
Суп молочный с хлопьями овсяными "Геркулес"	200	Рагу из овощей (с кабачками)	180	Суп молочный с гречневой крупой	200	Омлет натуральный	95	Суп молочный с пшеном	200
Кефир	180	Чай с лимоном	197	Какао с молоком	180	Кефир	180	Чай с молоком	180
Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	15	Хлеб пшеничный	15
Печенье	20	Яблоки	100	Булочка "молочная"	50	Яблоки	100	Печенье	20

(подпись)

(расшифровка подписи)

(подпись)

(расшифровка подписи)