

Десятидневное меню для категории: Детсад 2

1 неделя

"Утверждаю"

| Понедельник | Вых. | Вторник | Вых. |
|--------------------------------|------|------------------------------|------|
| ЗАВТРАК | | | |
| Каша "Здоровье" | 180 | Суп молочный с овсян. крупой | 200 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 | Какао с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| 10 ЧАСОВ | | | |
| Булочка алтайская | 30 | Сок | 200 |
| Кисель из концентрата | 200 | Печенье | 17 |
| ОБЕД | | | |
| Салат из бел.капусты | 70 | Салат "Здоровье" | 60 |
| Суп картофельный с бобовыми и | 250 | Суп с клецками | 200 |
| Жаркое по - домашнему | 150 | Капуста тушеная | 120 |
| Напиток апельсиновый | 200 | Фрикадельки из кур | 80 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 | Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | | | |
| Макаронник с мясом 2 вариант | 120 | Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| Молоко | 200 | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 | Запеканка из творога | 120 |
| Примерная стоимость дня | | | |
| | | Чай с молоком | 200 |
| | | Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| | | Яблочи | 180 |
| | | Примерная стоимость дня | |

| Среда | Вых. |
|--------------------------------|------|
| ЗАВТРАК | |
| Каша овсяная "Геркулес" молочн | 180 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 |
| Сыр | 15 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 40 |
| 10 ЧАСОВ | |
| Сок | 200 |
| Булочка молочная | 30 |
| ОБЕД | |
| Икра свекольная | 60 |
| Щи из свежей капусты с картофе | 200 |
| Тефтели из говядины | 80 |
| Рагу из овощей | 150 |
| Напиток апельсиновый | 200 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Запеканка кароф.с рыбными конс | 150 |
| Чай с сахаром | 180 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| Примерная стоимость дня | |

| Четверг | Вых. |
|--------------------------------|------|
| ЗАВТРАК | |
| Каша гречневая молочная вязкая | 180 |
| Молоко | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| 10 ЧАСОВ | |
| Кисель из концентрата | 200 |
| Печенье | 17 |
| ОБЕД | |
| Салат "Школьный" | 60 |
| Рассольник домашний | 200 |
| Плов из курицы | 150 |
| Компот из свежих плодов | 200 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Голубцы ленивые | 120 |
| Чай с сахаром | 180 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| Примерная стоимость дня | |

| Пятница | Вых. |
|--------------------------------|------|
| ЗАВТРАК | |
| Каша манная молочная | 180 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| 10 ЧАСОВ | |
| Ряженка | 200 |
| Булочка алтайская | 30 |
| ОБЕД | |
| Салат из бел.капусты с зел.гор | 60 |
| Свекольник | 200 |
| Картофель тушеный | 120 |
| Оладьи по-кунцовски | 75 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Оладьи со сгущ.молоком | 70 |
| Чай без сахара | 200 |
| Апельсины | 200 |
| Примерная стоимость дня | |

Примерное десятидневное меню для категории: Детсад 2

2 неделя

"Утверждаю"

| Понедельник | Вых. |
|-----------------------------|------|
| ЗАВТРАК | |
| Омлет с морковью на пару | 150 |
| Какао с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| 10 ЧАСОВ | |
| Печенье | 17 |
| Молоко | 200 |
| ОБЕД | |
| Винегрет овощной | 60 |
| Суп-лапша домашняя | 250 |
| Пюре овощное | 150 |
| Тефтели рыбные | 75 |
| Компот с изюмом | 180 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Сосиски, сардельки отварные | 66/3 |
| Макаронные изделия отварные | 150 |
| Чай без сахара | 200 |

| Вторник | Вых. |
|--------------------------------|------|
| ЗАВТРАК | |
| Каша пшеничная мол.жидкая | 180 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 |
| Сыр | 15 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| 10 ЧАСОВ | |
| Пирог с рыб.консервами | 50 |
| Чай с сахаром | 200 |
| ОБЕД | |
| Морковь отварная | 60 |
| Борщ с капустой и с картофелем | 200 |
| Биточки "Солнышко" | 80 |
| Картофельное пюре | 150 |
| Напиток из плодов шиповника | 180 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Пудинг овощной | 150 |
| Молоко | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |

| Среда | Вых. |
|--------------------------------|------|
| ЗАВТРАК | |
| Каша молочная "Дружба" | 180 |
| Какао с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| 10 ЧАСОВ | |
| Сок | 200 |
| Печенье | 17 |
| ОБЕД | |
| Салат из свеклы с растит.масло | 60 |
| Суп картофельный | 200 |
| Рыба "Аппетитная" | 200 |
| Компот из свежих плодов | 200 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Сырники из творога | 100 |
| Чай с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |

| Четверг | Вых. |
|--------------------------------|------|
| ЗАВТРАК | |
| Каша пшеничная рассып. | 180 |
| Сыр | 15 |
| Молоко кипяченое | 150 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| 10 ЧАСОВ | |
| Сок | 200 |
| Булочка молочная | 30 |
| ОБЕД | |
| Салат "Степной" | 60 |
| Суп с рыбными консервами | 200 |
| Рагу из овощей | 150 |
| Котлеты,биточки | 70 |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Запеканка или рулет картофельн | 160 |
| Чай с молоком | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |

| Пятница | Вых. |
|-------------------------------|------|
| ЗАВТРАК | |
| Суп молочный с рисовой крупой | 180 |
| Кофейный напиток на молоке | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |
| 10 ЧАСОВ | |
| Ряженка | 200 |
| Печенье | 17 |
| ОБЕД | |
| Салат из моркови с изюмом | 60 |
| Суп крестьянский с крупой | 200 |
| Пюре картофельное с морковью | 150 |
| Котлеты,биточки | 70 |
| Компот из апельсинов | 200 |
| Хлеб пшенично-ржаной | 40 |
| УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | |
| Вареники ленивые | 120 |
| Молоко | 200 |
| Хлеб пшеничный 1 сорт | 30 |