

МЕНЮ

с 24.01.2022 по 31.01.2022 (понедельник - понедельник)

Кухня

Сад (с 3 до 7 лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)
24.01.2022 понедельник		
Завтрак		
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	228,8	12,2
Хлеб пшеничный	20,8	0,88
Кофейный напиток с молоком	206,5	8,03
Итого -		21,11
Второй завтрак		
Молоко кипяченое	206,5	11,6
Печенье	45,2	5,2
Итого -		16,8
Обед		
Суп из овощей с консервированным горошком	198,8	4,4
Котлеты рубленые	111,5	72,17
Макаронные изделия отварные	113,1	4,37
Огурцы натуральные соленые	52,8	4,28
Кисель из концентрата плодового	226,3	4,93
Хлеб ржаной	46,8	2,01
Итого -		92,16
Полдник		
Омлет натуральный	103,4	19,56
Сок яблочный	162,8	4,4
Икра кабачковая (промышленного производства)	47,8	6,45
Хлеб пшеничный	29,1	1,24
Итого -		31,65
Соль на день		
Соль	4,6	0,07
Итого -		0,07
Зелень на день		
Зелень	0,8	0,19
Итого -		0,19
25.01.2022 вторник		
Завтрак		
Запеканка из творога	110,6	39,04
Соус молочный (для подачи к блюду)	30,9	1,79
Масло (порциями)	5,2	2,65
Сыр твердый порциями	15,6	7,7

Хлеб пшеничный	29,9	1,27
Чай с молоком	185,1	5,43
Итого -		57,88
Второй завтрак		
Кефир	225,7	13,87
Итого -		13,87
Обед		
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	184,7	6,99
Печень говяжья по-строгановски	134	38,19
Пюре картофельное с морковью	133,5	7,1
Икра свекольная	39,9	2,69
Компот из свежих яблок	184,8	3,1
Хлеб пшеничный	19,9	0,85
Хлеб ржаной	43,9	1,89
Итого -		60,81
Полдник		
Булочка российская	81,9	6,61
Молоко кипяченое	205,8	11,56
Яблоки	123,3	8,98
Итого -		27,15
Соль на день		
Соль	4,7	0,07
Итого -		0,07
Зелень на день		
Зелень	0,8	0,19
Итого -		0,19
26.01.2022 среда		
Завтрак		
Суп молочный с макаронными изделиями	207,6	10,04
Кофейный напиток с молоком	186,1	7,19
Хлеб пшеничный	29,8	1,27
Итого -		18,5
Второй завтрак		
Напиток с витаминами "Валетек Классные Витаминки"	167,8	5,54
Итого -		5,54
Обед		
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	191,8	4,27
Сметана	3,1	0,52
Голубцы ленивые	165,6	49,16
Соус сметанный	31,2	1,41
Икра кабачковая (промышленного производства)	41,4	5,59
Картофель отварной	125,3	6,45
Компот из смеси сухофруктов	185,6	2,11
Хлеб пшеничный	27,8	1,18
Хлеб ржаной	43,3	1,86
Итого -		72,55
Полдник		

Пагу из овощей		208,7	10,56
Чай с сахаром		189,6	0,49
Яблоки		104,3	7,59
Хлеб пшеничный		19,9	0,84
	Итого -		19,48
Соль на день			
Соль		4,2	0,06
	Итого -		0,06
Зелень на день			
Зелень		0,8	0,19
	Итого -		0,19
27.01.2022 четверг			
Завтрак			
Соус сметанный		30	1,35
Запеканка морковная с творогом		150	28,8
Сыр твердый порциями		15	7,42
Масло (порциями)		5	2,53
Хлеб пшеничный		20	0,85
Какао с молоком		180	8,72
	Итого -		49,67
Второй завтрак			
Ряженка		180	18,24
Печенье		42	4,83
	Итого -		23,07
Обед			
Суп картофельный с мучными клецками		180	3,13
Плов из птицы		200	27,87
Салат из соленых огурцов с луком		60	4,77
Компот из свежих яблок		180	3,02
Хлеб пшеничный		20	0,85
Хлеб ржаной		42	1,81
	Итого -		41,45
Полдник			
яйцо отварное		40	7,2
Винегрет овощной		150	7,04
Хлеб пшеничный		28	1,19
Чай с сахаром		180	0,46
Яблоки		100	7,28
	Итого -		23,17
Соль на день			
Соль		4	0,06
	Итого -		0,06
Зелень на день			
Зелень		0,7	0,17
	Итого -		0,17
28.01.2022 пятница			
Завтрак			

Каша пшеничная молочная жидкая	200	10,41
Чай с молоком(первый вариант)	200	3,58
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		14,84
Второй завтрак		
Сок яблочный	180	4,86
Итого -		4,86
Обед		
Борщ с квашеной капустой и картофелем	180	5,95
Сметана	3	0,5
Котлеты или биточки рыбные	120	34,32
Соус томатный	30	1,41
Пюре картофельное	130	7,36
Овощи натуральные соленые (помидоры)	30	2,3
Компот из смеси сухофруктов	180	2,51
Хлеб пшеничный	20	0,85
Хлеб ржаной	42	1,81
Итого -		57,01
Полдник		
Капуста тушеная с мясом	230	53,24
Чай с сахаром	180/10	0,6
Яблоки	100	7,28
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		61,97
Соль на день		
Соль	4	0,06
Итого -		0,06
Зелень на день		
Зелень	0,7	0,17
Итого -		0,17
31.01.2022 понедельник		
Завтрак		
Каша манная молочная жидкая	200	9,83
Сыр твердый порциями	10	4,95
Кофейный напиток с молоком	180	7,18
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		22,81
Второй завтрак		
Сок яблочный	180	4,86
Печенье	42	4,83
Итого -		9,69
Обед		
Суп картофельный с горохом	180	2,37
Макаронные изделия отварные	120	5,5
Тефтели из говядины с рисом (Ёжики)	120	47,12
Салат из картофеля с солеными огурцами	50	2,71
Компот из смеси сухофруктов	180	2,51
Хлеб ржаной	42	1,81

Хлеб пшеничный		20	0,85
	Итого -		62,87
Полдник			
Соус сметанный		30	1,35
Котлеты морковные		150	13,09
Чай с молоком		180	5,51
Яблоки		100	7,28
Хлеб пшеничный		28	1,19
	Итого -		28,42
Соль на день			
Соль		3	0,05
	Итого -		0,05

Составитель _____

(должность)

(подпись)

(ФИО)

Ботchkова У.В.

(должность)

(подпись)

(ФИО)

