

зав. Бичкова И.И.
10 11

МЕНЮ

с 01.03.2022 по 11.03.2022 (вторник - пятница)

Кухня

Сад (с 3 до 7 лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)
01.03.2022 вторник		
Завтрак		
Лапшевник с творогом	200/5	28,57
Соус сметанный	30	1,35
Какао с молоком	180	8,95
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		39,72
Второй завтрак		
Кефир	180	11,06
Итого -		11,06
Обед		
Суп картофельный с крупой пшенной	180	3,33
Оладьи из печени по-кунцевски	100	29,96
Пюре картофельное	130	7,74
Салат из свеклы с огурцами солеными	40	1,7
Компот из свежих яблок	180	3,7
Хлеб ржаной	42	1,81
Хлеб пшеничный	30	1,28
Итого -		49,52
Полдник		
Молоко кипяченое	200	11,24
Яблоки	120	8,74
Булочка российская	90	7,24
Итого -		27,22
Соль на день		
Соль	4,8	0,07
Итого -		0,07
Зелень на день		
Зелень	0,6	0,15
Итого -		0,15
Итого за 01.03.2022		127,74
02.03.2022 среда		
Завтрак		
Каша из смеси круп с тыквой (1 вариант)	200/5	13,8
Чай с молоком	180	5,28
Хлеб пшеничный	20	0,85

		Итого -	19,93
Второй завтрак			
Сок яблочный		180	4,86
		Итого -	4,86
Обед			
Свекольник		180	5,16
Гуляш из отварного мяса		140	79,98
Каша гречневая с овощами		90	4,51
Икра морковная		60	4,4
Напиток из плодов шиповника		180	4,67
Хлеб пшеничный		20	0,85
Хлеб ржаной		42	1,81
		Итого -	101,38
Полдник			
Макароны, запеченные с сыром		200/5	9,65
Салат из редьки		100	7
Чай с сахаром		180	0,46
Хлеб пшеничный		28	1,19
		Итого -	18,3
Соль на день			
Соль		3,5	0,05
		Итого -	0,05
Зелень на день			
Зелень		0,6	0,15
		Итого -	0,15
		Итого за 02.03.2022	144,67
03.03.2022 четверг			
Завтрак			
Запеканка из творога		100	33,99
Сыр твердый порциями		12	5,94
Масло (порциями)		5	2,53
Чай с молоком		180	5,51
Хлеб пшеничный		20	0,85
		Итого -	48,82
Второй завтрак			
Печенье		40	4,6
Йогурт		180	21,21
		Итого -	25,81
Обед			
Суп картофельный с крупой рисовой		200	3,7
Птица, тушенная в соусе с овощами		200	25,73
Овощи натуральные соленые (помидоры)		60	4,6
Сок яблочный		180	4,86
Хлеб пшеничный		28	1,19
Хлеб ржаной		42	1,81
		Итого -	41,89
Полдник			

Каша вязкая пшеничная с морковью	200/5	12,73
Чай с сахаром	180/10	0,6
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		14,18
Соль на день		
Соль	3,5	0,05
Итого -		0,05
Зелень на день		
Зелень	0,6	0,15
Итого -		0,15
Итого за 03.03.2022		130,9
04.03.2022 пятница		
Завтрак		
Каша ячневая молочная жидкая	200	9,16
Хлеб пшеничный	40	1,7
Кофейный напиток с молоком	180	7,18
Итого -		18,04
Второй завтрак		
Напиток с витаминами "Валетек Классные Витаминки"	180	5,94
Итого -		5,94
Обед		
Борщ со свежей капустой и картофелем	180	4,89
Сельдь с картофелем и маслом	173	23,62
Салат из горошка зеленого консервированного	30	0,14
Компот из смеси сухофруктов	180	2,51
Хлеб ржаной	42	1,81
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		33,82
Полдник		
Оладьи (с повидлом)	120/10	8,47
Чай с сахаром	180/10	0,6
Яблоки	120	8,74
Итого -		17,81
Соль на день		
Соль	2	0,03
Итого -		0,03
Зелень на день		
Зелень	0,6	0,15
Итого -		0,15
Итого за 04.03.2022		75,79
05.03.2022 суббота		
Завтрак		
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	10,87
Хлеб пшеничный	20	0,85
Кофейный напиток с молоком	180	7
Итого -		18,72
Второй завтрак		

Молоко кипяченое	180	10,11
Печенье	40	4,6
Итого -		14,71
Обед		
Суп из овощей с консервированным горошком	180	4,19
Жаркое по-домашнему	80/140	97,5
Огурцы натуральные соленые	60	4,87
Кисель из концентрата плодового	200	4,37
Хлеб ржаной	42	1,81
Итого -		112,74
Полдник		
Омлет натуральный	100	19,5
Сок яблочный	160	4,32
Икра кабачковая (промышленного производства)	50	6,75
Хлеб пшеничный	28	1,19
Итого -		31,76
Соль на день		
Соль	4	0,06
Итого -		0,06
Зелень на день		
Зелень	0,6	0,15
Итого -		0,15
Итого за 05.03.2022		178,14
09.03.2022 среда		
Завтрак		
Каша пшённая жидкая на молоке	200	14,45
Кофейный напиток с молоком	180	7
Хлеб пшеничный	30	1,28
Итого -		22,73
Второй завтрак		
Напиток с витаминами "Валетек Классные Витаминки"	160	5,28
Итого -		5,28
Обед		
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)	180	4,14
Сметана	3	0,5
Голубцы ленивые	160	47,14
Соус сметанный с томатом	35	2,02
Помидоры соленые	40	5,73
Картофель отварной	120	6,61
Компот из смеси сухофруктов	180	2,04
Хлеб пшеничный	28	1,19
Хлеб ржаной	42	1,81
Итого -		71,18
Полдник		
Рагу из овощей	200	10,36
Чай с сахаром	190	0,49
Яблоки	120	8,74

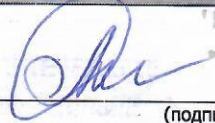
Хлеб пшеничный		20	0,85
	Итого -		20,44
Соль на день			
Соль		4	0,06
	Итого -		0,06
Зелень на день			
Зелень		0,6	0,15
	Итого -		0,15
Итого за 09.03.2022			119,84
10.03.2022 четверг			
Завтрак			
Соус сметанный		30	1,35
Запеканка морковная с творогом		150	28,8
Сыр твердый порциями		15	7,42
Масло (порциями)		5	2,53
Хлеб пшеничный		20	0,85
Какао с молоком		180	8,72
	Итого -		49,67
Второй завтрак			
Ряженка		180	18,24
Печенье		40	4,6
	Итого -		22,84
Обед			
Суп картофельный с крупой гечневой		180	3,65
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 -		41,97
Полдник			
яйцо отварное		40	7,2
Винегрет овощной		150	7,17
Хлеб пшеничный		28	1,19
Чай с сахаром		180	0,46
Яблоки печеные		80	6,85
	Итого -		22,87
Соль на день			
Соль		4	0,06
	Итого -		0,06
Итого за 10.03.2022			137,41
11.03.2022 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	6
Сметана		3	0,5
Соус томатный с овощами		30	2,52
Суфле рыбное (минтай)		120	38,75
Пюре картофельное		130	7,74
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 -			62,98
Полдник			
Капуста тушеная с мясом		230	53,24
Чай с сахаром		180/10	0,6
Яблоки		120	8,74
Хлеб пшеничный		20	0,85
Итого -			63,43
Соль на день			
Соль		4	0,06
Итого -			0,06
Итого за 11.03.2022			146,17

Составитель

Шеф-повар

(должность)



(подпись)

Тымченко Л.В.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)