

//

МЕНЮ

с 01.02.2022 по 11.02.2022 (вторник

пятница)

Кухня

Ясли (до 3-х лет)



Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)
01.02.2022 вторник		
Завтрак		
Лапшевник с творогом	150/5	22,78
Соус сметанный	30	1,36
Масло (порциями)	5	2,53
Хлеб пшеничный	30	1,28
Какао с молоком	150	7,7
Итого -		35,65
Второй завтрак		
Кефир	150	9,27
Итого -		9,27
Обед		
Суп картофельный с крупой пшенной	150	2,63
Оладьи из печени по-кунцевски	85	25,46
Пюре картофельное	120	6,79
Салат из свеклы с огурцами солеными	30	1,27
Компот из свежих яблок	150	3,08
Хлеб ржаной	34	1,46
Итого -		40,69
Полдник		
Булочка российская	70	5,92
Молоко кипяченое	150	8,45
Яблоки	100	7,28
Итого -		21,65
Соль на день		
Соль	2,1	0,03
Итого -		0,03
Итого за 01.02.2022		107,29
02.02.2022 среда		
Завтрак		
яйцо отварное	20	3,6
Каша из смеси круп с тыквой (1 вариант)	150	10,11
Чай с молоком	160	5,69
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		20,25
Второй завтрак		

Сок яблочный		160	4,32
Печенье		15	1,73
	Итого -		6,05
Обед			
Свекольник		150	4,21
Гуляш из отварного мяса		140	80,25
Икра морковная		30	2,21
Каша гречневая с овощами		70	3,72
Напиток из плодов шиповника		150	4,08
Хлеб ржаной		34	1,46
	Итого -		95,93
Полдник			
Салат из редьки		100	7
Макароны, запеченные с сыром		150/5	9,57
Хлеб пшеничный		21	0,89
Чай с сахаром		150/7	0,42
	Итого -		17,88
Соль на день			
Соль		2,6	0,04
	Итого -		0,04
Итого за 02.02.2022			140,15
03.02.2022 четверг			
Завтрак			
Запеканка из творога		60	20,38
Соус молочный (для подачи к блюду)		30	1,73
Сыр твердый порциями		8	3,95
Масло (порциями)		5	2,53
Хлеб пшеничный		30	1,28
Чай с молоком		160	5,69
	Итого -		35,56
Второй завтрак			
Йогурт		150	17,67
	Итого -		17,67
Обед			
Суп картофельный с крупой рисовой		150	2,62
Птица, тушенная в соусе с овощами		180	22,9
Овощи натуральные соленые (помидоры)		30	2,3
Сок яблочный		170	4,59
Хлеб ржаной		34	1,46
	Итого -		33,87
Полдник			
Каша вязкая пшеничная с морковью		150/5	10,02
Чай с сахаром		150/7	0,42
Хлеб пшеничный		28	1,19
	Итого -		11,63
Соль на день			
Соль		2,3	0,04
	Итого -		0,04

Итого за 03.02.2022		98,77
04.02.2022 пятница		
Завтрак		
Каша ячневая молочная жидкая	150	6,87
Кофейный напиток с молоком	160	6,45
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		14,17
Второй завтрак		
Сок яблочный	160	4,32
Итого -		4,32
Обед		
Борщ со свежей капустой и картофелем	150	4,03
Суфле рыбное (минтай)	100	32,29
Соус томатный с овощами	30	2,52
Сложный гарнир(картофельное пюре с капустой тушеной)	150	7,63
Компот из смеси сухофруктов	150	2,09
Хлеб ржаной	34	1,46
Хлеб пшеничный	21	0,89
Итого -		50,91
Полдник		
Оладьи (с повидлом)	80	5,25
Яблоки	100	7,28
Чай с сахаром	150/7	0,42
Итого -		12,95
Соль на день		
Соль	1,8	0,03
Итого -		0,03
Итого за 04.02.2022		82,38
07.02.2022 понедельник		
Завтрак		
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	8,21
Сыр твердый порциями	8	3,97
Масло (порциями)	5	2,53
Кофейный напиток с молоком	160	6,35
Хлеб пшеничный	30	1,28
Итого -		22,34
Второй завтрак		
Молоко кипяченое	130	7,33
Печенье	20	2,3
Итого -		9,63
Обед		
Суп из овощей с консервированным горошком	150	3,43
Жаркое по-домашнему	60/110	72,76
Огурцы натуральные соленые	45	3,65
Кисель из концентрата плодового	140	3,06
Хлеб ржаной	34	1,46
Итого -		84,36
Полдник		

Омлет натуральный	60/5	13,18
Икра кабачковая (промышленного производства)	30	4,05
Сок яблочный	160	4,32
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		22,4
Соль на день		
Соль	2,5	0,04
Итого -		0,04
Итого за 07.02.2022		138,77
08.02.2022 вторник		
Завтрак		
Запеканка из творога	80	27,18
Соус молочный (для подачи к блюду)	30	1,72
Масло (порциями)	5	2,53
Чай с молоком	150	5,22
Хлеб пшеничный	30	1,28
Итого -		37,93
Второй завтрак		
Кефир	150	9,27
Итого -		9,27
Обед		
Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	5,68
Печень говяжья по-строгановски	100	28,54
Пюре картофельное с морковью	100	6,06
Икра свекольная	30	2,11
Компот из свежих яблок	150	2,52
Хлеб ржаной	34	1,46
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		47,22
Полдник		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	35	1,08
Молоко кипяченое	160	9,02
Яблоки	80	5,82
Итого -		15,92
Соль на день		
Соль	1,6	0,02
Итого -		0,02
Итого за 08.02.2022		110,36
09.02.2022 среда		
Завтрак		
Каша пшеничная жидкая на молоке	150	10,82
Кофейный напиток с молоком	160	6,35
Хлеб пшеничный	30	1,28
Итого -		18,45
Второй завтрак		
Молоко кипяченое	150	8,45
Итого -		8,45

Обед			
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)		150	3,3
Сметана		3	0,5
Голубцы ленивые		120	35,53
Картофель отварной		80	4,13
Соус сметанный с томатом		35	2,02
Помидоры соленые		30	4,3
Компот из смеси сухофруктов		150	1,7
Хлеб пшеничный		21	0,89
Хлеб ржаной		34	1,46
	Итого -		53,83
Полдник			
Рагу из овощей		180	9,12
Чай с сахаром		152/5	0,31
Яблоки		100	7,28
Хлеб пшеничный		20	0,85
	Итого -		17,56
Соль на день			
Соль		2,2	0,03
	Итого -		0,03
Итого за 09.02.2022			98,32
10.02.2022 четверг			
Завтрак			
Запеканка морковная с творогом		100	19,2
Сыр твердый порциями		10	4,95
Масло (порциями)		5	2,53
Хлеб пшеничный		30	1,28
Какао с молоком		150	7,7
	Итого -		35,66
Второй завтрак			
Ряженка		150	15,28
	Итого -		15,28
Обед			
Суп картофельный с крупой гечневой		150	2,89
Плов из птицы		150	20,9
Салат из соленых огурцов с луком		45	3,58
Компот из свежих яблок		150	3,08
Хлеб ржаной		34	1,46
	Итого -		31,91
Полдник			
яйцо отварное		20	3,6
Винегрет овощной		120	5,63
Чай с сахаром		150/7	0,42
Яблоки печеные		65	5,65
Хлеб пшеничный		21	0,89
	Итого -		16,19
Соль на день			
Соль		2,5	0,04

		Итого -	0,04
		Итого за 10.02.2022	99,08
11.02.2022 пятница			
Завтрак			
Каша пшеничная молочная жидкая		150	7,81
Чай с молоком		160	5,69
Хлеб пшеничный		20	0,85
	Итого -		14,35
Второй завтрак			
Сок яблочный		160	4,32
	Итого -		4,32
Обед			
Борщ с квашеной капустой и картофелем		150	4,95
Сметана		2	0,34
Соус томатный с овощами		20	1,67
Суфле рыбное (минтай)		100	32,29
Пюре картофельное		120	6,79
Овощи натуральные соленые (помидоры)		30	2,3
Компот из смеси сухофруктов		150	2,09
Хлеб ржаной		34	1,46
	Итого -		51,89
Полдник			
Капуста тушеная с мясом		200	46,29
Чай с сахаром		150/7	0,42
Яблоки		100	7,28
Хлеб пшеничный		20	0,85
	Итого -		54,84
Соль на день			
Соль		2,4	0,04
	Итого -		0,04
		Итого за 11.02.2022	125,44

Составитель

шеф-повар

(должность)

[Подпись]

(подпись)

Мышченко Л.В.

(ФИО)

(должность)

(подпись)

(ФИО)

