



МЕНЮ

с 14.03.2022 по 26.03.2022 (понедельник - суббота)

Кухня

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)
14.03.2022 понедельник		
Завтрак		
Масло (порциями)	5	2,53
Каша манная молочная жидкая	150	7,37
Кофейный напиток с молоком	150	6,06
Сыр твердый порциями	10	4,96
Хлеб пшеничный	30	1,28
Итого -		22,2
Второй завтрак		
Молоко кипяченое	160	9,02
Печенье	24	2,76
Итого -		11,78
Обед		
Суп картофельный с горохом	150	2,08
Тефтели из говядины с рисом (Ёжики)	70/30	39,27
Макаронные изделия отварные	80	3,67
Салат из картофеля с солеными огурцами	40	2,23
Компот из смеси сухофруктов	150	2,09
Хлеб ржаной	34	1,46
Итого -		50,8
Полдник		
Салат из моркови с сахаром	100	3,75
яйцо отварное	20	3,6
Хлеб пшеничный	21	0,89
Чай с сахаром	150/7	0,42
Яблоки	100	7,28
Итого -		15,94
Соль на день		
Соль	2,4	0,04
Итого -		0,04
Итого за 14.03.2022		100,76
15.03.2022 вторник		
Завтрак		
Лапшевник с творогом	120	17,06
Соус сметанный	20	0,9
Хлеб пшеничный	30	1,28
Какао с молоком	150	7,7

		Итого -		26,94
Второй завтрак				
Кефир			150	9,27
		Итого -		9,27
Обед				
Суп картофельный с крупой пшенной			150	2,78
Оладьи из печени по-кунцевски			85	25,47
Пюре картофельное			120	7,15
Салат из свеклы с огурцами солеными			30	1,27
Компот из свежих яблок			150	3,08
Хлеб ржаной			34	1,46
		Итого -		41,21
Полдник				
Булочка российская			70	5,91
Молоко кипяченое			150	8,45
Яблоки			100	7,28
		Итого -		21,64
Соль на день				
Соль			2,1	0,03
		Итого -		0,03
		Итого за 15.03.2022		99,09
16.03.2022 среда				
Завтрак				
Каша из смеси круп с тыквой (1 вариант)			150	10,09
Чай с молоком			160	5,69
Хлеб пшеничный			20	0,85
		Итого -		16,63
Второй завтрак				
Сок яблочный			150	4,05
		Итого -		4,05
Обед				
Свекольник			150	4,32
Гуляш из отварного мяса			140	80,26
Икра морковная			30	2,21
Каша гречневая с овощами			70	3,7
Напиток из плодов шиповника			150	4,08
Хлеб ржаной			34	1,46
		Итого -		96,03
Полдник				
Салат из редьки			80	5,6
Макароны, запеченные с сыром			150/5	7,6
Хлеб пшеничный			21	0,89
Чай с сахаром			150/7	0,42
		Итого -		14,51
Соль на день				
Соль			2,6	0,04
		Итого -		0,04

Итого за 16.03.2022		131,26
17.03.2022 четверг		
Завтрак		
Запеканка из творога	60	20,39
Сыр твердый порциями	8	3,96
Масло (порциями)	5	2,53
Хлеб пшеничный	30	1,28
Чай с молоком	160	5,69
Итого -		33,85
Второй завтрак		
Печенье	24	2,76
Йогурт	150	17,68
Итого -		20,44
Обед		
Суп картофельный с крупой рисовой	150	2,78
Птица, тушенная в соусе с овощами	180	23,16
Овощи натуральные соленые (помидоры)	30	2,3
Сок яблочный	150	4,05
Хлеб ржаной	34	1,46
Итого -		33,75
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 17.03.2022		99,71
18.03.2022 пятница		
Завтрак		
Каша ячневая молочная жидкая	150	6,88
Кофейный напиток с молоком	160	6,46
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		14,19
Второй завтрак		
Сок яблочный	160	4,32
Итого -		4,32
Обед		
Борщ со свежей капустой и картофелем	150	4,08
Суфле рыбное (минтай)	100	32,29
Сложный гарнир(картофельное пюре с капустой тушеной)	120	6,28
Компот из смеси сухофруктов	150	2,09
Хлеб ржаной	34	1,46
Хлеб пшеничный	21	0,89
Итого -		47,09
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 18.03.2022			78,58
21.03.2022 понедельник			
Завтрак			
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая		150	8,21
Кофейный напиток с молоком		160	6,33
Хлеб пшеничный		30	1,28
	Итого -		15,82
Второй завтрак			
Молоко кипяченое		130	7,33
Печенье		24	2,76
	Итого -		10,09
Обед			
Суп из овощей с консервированным горошком		150	3,49
Жаркое по-домашнему		60/110	73,17
Огурцы натуральные соленые		45	3,65
Кисель из концентрата плодового		140	3,06
Хлеб ржаной		34	1,46
	Итого -		84,83
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 21.03.2022			133,18
22.03.2022 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
Печенье		24	2,76
	Итого -		12,03
Обед			

Суп картофельный с рыбными фрикадельками		150	5,82
Печень говяжья по-строгановски		100	28,53
Пюре картофельное с морковью		100	6,31
Икра свекольная		30	2,11
Компот из свежих яблок		150	2,52
Хлеб ржаной		34	1,46
Хлеб пшеничный		20	0,85
Итого -			47,6
Полдник			
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)		35	1,08
Молоко кипяченое		160	9,02
Яблоки		100	7,28
Итого -			17,38
Соль на день			
Соль		1,6	0,02
Итого -			0,02
Итого за 22.03.2022			114,96
23.03.2022 среда			
Завтрак			
Каша пшеничная жидкая на молоке		150	10,83
Кофейный напиток с молоком		160	6,33
Хлеб пшеничный		30	1,28
Итого -			18,44
Второй завтрак			
Молоко кипяченое		150	8,45
Итого -			8,45
Обед			
Рассольник ленинградский (с перловой крупой)		150	3,45
Сметана		3	0,5
Помидоры соленые		35	5,01
Голубцы ленивые		120	35,53
Картофель отварной		80	4,41
Соус сметанный с томатом		30	1,73
Компот из смеси сухофруктов		150	1,7
Хлеб пшеничный		21	0,89
Хлеб ржаной		34	1,46
Итого -			54,68
Полдник			
Рагу из овощей		180	9,32
Чай с сахаром		152/5	0,31
Яблоки		100	7,28
Хлеб пшеничный		20	0,85
Итого -			17,76
Соль на день			
Соль		2,2	0,03
Итого -			0,03
Итого за 23.03.2022			99,36
24.03.2022 четверг			

Завтрак		
Запеканка морковная с творогом		
Сыр твердый порциями	100	19,2
Масло (порциями)	10	4,96
Хлеб пшеничный	5	2,53
Какао с молоком	30	1,28
	150	7,7
	Итого -	35,67
Второй завтрак		
Ряженка		
Печенье	150	15,28
	24	2,76
	Итого -	18,04
Обед		
Суп картофельный с крупой гечневой		
Плов из птицы	150	3,05
Салат из соленых огурцов с луком	150	20,9
Компот из свежих яблок	45	3,58
Хлеб ржаной	150	3,08
	34	1,46
	Итого -	32,07
Полдник		
яйцо отварное		
Винегрет овощной	20	3,6
Чай с сахаром	120	5,74
Яблоки печеные	150/7	0,42
Хлеб пшеничный	65	5,65
	21	0,89
	Итого -	16,3
Соль на день		
Соль		
	2,5	0,04
	Итого -	0,04
Итого за 24.03.2022		102,12
25.03.2022 пятница		
Завтрак		
Каша пшеничная молочная жидкая		
Чай с молоком	150	7,8
Хлеб пшеничный	160	5,69
	20	0,85
	Итого -	14,34
Второй завтрак		
Сок яблочный		
	160	4,32
	Итого -	4,32
Обед		
Борщ с квашеной капустой и картофелем		
Сметана	150	5
Соус томатный с овощами	2	0,34
Суфле рыбное (минтай)	20	1,68
Пюре картофельное	100	32,29
Овощи натуральные соленые (помидоры)	120	7,15
Компот из смеси сухофруктов	30	2,3
Хлеб ржаной	150	2,09
	34	1,46
	Итого -	52,31

Полдник		
Капуста тушеная с мясом	200	46,31
Чай с сахаром	150/7	0,42
Яблоки	100	7,28
Хлеб пшеничный	20	0,85
Итого -		54,86
Соль на день		
Соль	2,4	0,04
Итого -		0,04
Итого за 25.03.2022		125,87

Составитель Шеф - повар Тымченко Л.В.

(должность) (подпись) (ФИО)

(должность) (подпись) (ФИО)