



## МЕНЮ

с 28.03.2022 по 08.04.2022 (понедельник - пятница)

Кухня

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (РУБ)
<b>28.03.2022 понедельник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Масло (порциями)	5,2	2,62
Каша манная молочная жидкая	153	7,55
Кофейный напиток с молоком	153,5	6,11
Сыр твердый порциями	10,2	5,06
Хлеб пшеничный	30,3	1,29
<b>Итого -</b>		<b>22,63</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Молоко кипяченое	164,4	9,26
Печенье		0
<b>Итого -</b>		<b>9,26</b>
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с горохом	150,7	2,13
Тефтели из говядины с рисом (Ёжики)	101,6	40,18
Макаронные изделия отварные	72,3	3,54
Салат из картофеля с солеными огурцами	37,7	2,02
Компот из смеси сухофруктов	149,5	2,08
Хлеб ржаной	34,7	1,49
<b>Итого -</b>		<b>51,44</b>
<b>Полдник</b>		
Салат из моркови с сахаром	102,3	3,83
яйцо отварное	41	7,38
Хлеб пшеничный	21,2	0,9
Чай с сахаром	159,5	0,43
Яблоки	100	7,28
<b>Итого -</b>		<b>19,82</b>
<b>Соль на день</b>		
Соль	2,5	0,04
<b>Итого -</b>		<b>0,04</b>
<b>Итого за 28.03.2022</b>		<b>103,19</b>
<b>29.03.2022 вторник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Лапшевник с творогом	120	0
Соус сметанный	20	0
Хлеб пшеничный	30	0
Какао с молоком	150	0

		<b>Итого -</b>		<b>0</b>
<b>Второй завтрак</b>				
Кефир			150	0
		<b>Итого -</b>		<b>0</b>
<b>Обед</b>				
Суп картофельный с крупой пшенной			150	0
Оладьи из печени по-кунцевски			85	0
Пюре картофельное			120	0
Салат из свеклы с огурцами солеными			30	0
Компот из свежих яблок			150	0
Хлеб ржаной			34	0
		<b>Итого -</b>		<b>0</b>
<b>Полдник</b>				
Булочка российская			70	0
Молоко кипяченое			150	0
Яблоки			100	0
		<b>Итого -</b>		<b>0</b>
<b>Соль на день</b>				
Соль			2,1	0
		<b>Итого -</b>		<b>0</b>
		<b>Итого за 29.03.2022</b>		<b>0</b>
<b>30.03.2022 среда</b>				
<b>Завтрак</b>				
Каша из смеси круп с тыквой (1 вариант)			150	10,1
Чай с молоком			160	5,69
Хлеб пшеничный			20	0,85
		<b>Итого -</b>		<b>16,64</b>
<b>Второй завтрак</b>				
Сок яблочный			150	4,05
		<b>Итого -</b>		<b>4,05</b>
<b>Обед</b>				
Свекольник			150	4,3
Гуляш из отварного мяса			140	80,24
Икра морковная			30	2,21
Каша гречневая с овощами			70	3,7
Напиток из плодов шиповника			150	4,08
Хлеб ржаной			34	1,46
		<b>Итого -</b>		<b>95,99</b>
<b>Полдник</b>				
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
		<b>Итого -</b>		<b>14,51</b>
<b>Соль на день</b>				
Соль			2,6	0,04
		<b>Итого -</b>		<b>0,04</b>


Итого за 30.03.2022		131,23
31.03.2022 четверг		
<b>Завтрак</b>		
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
<b>Итого -</b>		<b>33,85</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Печенье	24	2,76
Йогурт	150	17,68
<b>Итого -</b>		<b>20,44</b>
<b>Обед</b>		
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
<b>Итого -</b>		<b>33,75</b>
<b>Полдник</b>		
Каша вязкая пшеничная с морковью	150/5	10,02
Чай с сахаром	150/7	0,42
Хлеб пшеничный	28	1,19
<b>Итого -</b>		<b>11,63</b>
<b>Соль на день</b>		
Соль	2,3	0,04
<b>Итого -</b>		<b>0,04</b>
<b>Итого за 31.03.2022</b>		<b>99,71</b>
01.04.2022 пятница		
<b>Завтрак</b>		
Каша ячневая молочная жидкая	150	6,88
Кофейный напиток с молоком	160	6,46
Хлеб пшеничный	20	0,85
<b>Итого -</b>		<b>14,19</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Сок яблочный	160	4,32
<b>Итого -</b>		<b>4,32</b>
<b>Обед</b>		
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
<b>Итого -</b>		<b>47,09</b>
<b>Полдник</b>		

Оладьи (с повидлом)	80	5,25
Яблоки	100	7,28
Чай с сахаром	150/7	0,42
<b>Итого -</b>		<b>12,95</b>
<b>Соль на день</b>		
Соль	1,8	0,03
<b>Итого -</b>		<b>0,03</b>
<b>Итого за 01.04.2022</b>		<b>78,58</b>
<b>04.04.2022 понедельник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	8,21
Кофейный напиток с молоком	160	6,34
Хлеб пшеничный	30	1,28
<b>Итого -</b>		<b>15,83</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Молоко кипяченое	130	7,33
Печенье	24	2,76
<b>Итого -</b>		<b>10,09</b>
<b>Обед</b>		
Суп из овощей с консервированным горошком	150	3,49
Жаркое по-домашнему	60/110	73,16
Огурцы натуральные соленые	45	3,65
Кисель из концентрата плодового	140	3,05
Хлеб ржаной	34	1,46
<b>Итого -</b>		<b>84,81</b>
<b>Полдник</b>		
Омлет натуральный	60/5	13,18
Икра кабачковая (промышленного производства)	30	4,05
Сок яблочный	160	4,32
Хлеб пшеничный	20	0,85
<b>Итого -</b>		<b>22,4</b>
<b>Соль на день</b>		
Соль	2,5	0,04
<b>Итого -</b>		<b>0,04</b>
<b>Итого за 04.04.2022</b>		<b>133,17</b>
<b>05.04.2022 вторник</b>		
<b>Завтрак</b>		
Запеканка из творога	80	27,21
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
<b>Итого -</b>		<b>37,96</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Кефир	150	9,27
Печенье	24	2,76
<b>Итого -</b>		<b>12,03</b>
<b>Обед</b>		

Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	5,81
Печень говяжья по-строгановски	100	28,53
Пюре картофельное с морковью	100	6,3
Икра свекольная	30	2,11
Компот из свежих яблок	150	2,52
Хлеб ржаной	34	1,46
Хлеб пшеничный	20	0,85
<b>Итого -</b>		<b>47,58</b>
<b>Полдник</b>		
Ватрушки (дрожжевое тесто, повидло)	35	1,08
Молоко кипяченое	160	9,02
Яблоки	100	7,28
<b>Итого -</b>		<b>17,38</b>
<b>Соль на день</b>		
Соль	1,6	0,02
<b>Итого -</b>		<b>0,02</b>
<b>Итого за 05.04.2022</b>		<b>114,97</b>
<b>06.04.2022 среда</b>		
<b>Завтрак</b>		
Каша пшённая жидкая на молоке	150	10,83
Кофейный напиток с молоком	160	6,33
Хлеб пшеничный	30	1,28
<b>Итого -</b>		<b>18,44</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Молоко кипяченое	150	8,45
<b>Итого -</b>		<b>8,45</b>
<b>Обед</b>		
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
<b>Итого -</b>		<b>54,68</b>
<b>Полдник</b>		
Рагу из овощей	180	9,32
Чай с сахаром	152/5	0,31
Яблоки	100	7,28
Хлеб пшеничный	20	0,85
<b>Итого -</b>		<b>17,76</b>
<b>Соль на день</b>		
Соль	2,2	0,03
<b>Итого -</b>		<b>0,03</b>
<b>Итого за 06.04.2022</b>		<b>99,36</b>
<b>07.04.2022 четверг</b>		

<b>Завтрак</b>		
Запеканка морковная с творогом	100	19,2
Сыр твердый порциями	10	4,96
Масло (порциями)	5	2,53
Хлеб пшеничный	30	1,28
Какао с молоком	150	7,7
<b>Итого -</b>		<b>35,67</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Ряженка	150	15,28
Печенье	24	2,76
<b>Итого -</b>		<b>18,04</b>
<b>Обед</b>		
Суп картофельный с крупой гечневой	150	3,05
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
<b>Итого -</b>		<b>32,07</b>
<b>Полдник</b>		
яйцо отварное	20	3,6
Винегрет овощной	120	5,74
Чай с сахаром	150/7	0,42
Яблоки печеные	65	5,65
Хлеб пшеничный	21	0,89
<b>Итого -</b>		<b>16,3</b>
<b>Соль на день</b>		
Соль	2,5	0,04
<b>Итого -</b>		<b>0,04</b>
<b>Итого за 07.04.2022</b>		<b>102,12</b>
<b>08.04.2022 пятница</b>		
<b>Завтрак</b>		
Каша пшеничная молочная жидкая	150	7,8
Чай с молоком	160	5,69
Хлеб пшеничный	20	0,85
<b>Итого -</b>		<b>14,34</b>
<b>Второй завтрак</b>		
Сок яблочный	160	4,32
<b>Итого -</b>		<b>4,32</b>
<b>Обед</b>		
Борщ с квашеной капустой и картофелем	150	5
Сметана	2	0,34
Соус томатный с овощами	20	1,68
Суфле рыбное (минтай)	100	32,29
Пюре картофельное	120	7,15
Овощи натуральные соленые (помидоры)	30	2,3
Компот из смеси сухофруктов	150	2,09
Хлеб ржаной	34	1,46
<b>Итого -</b>		<b>52,31</b>

Полдник		
Капуста тушеная с мясом	200	46,31
Чай с сахаром	150/7	0,42
Яблоки	100	7,28
Хлеб пшеничный	20	0,85
<b>Итого -</b>		<b>54,86</b>
Соль на день		
Соль	2,4	0,04
<b>Итого -</b>		<b>0,04</b>
<b>Итого за 08.04.2022</b>		<b>125,87</b>

Составитель Шеф - повар  Тымченко Л.В.  
(должность) (подпись) (ФИО)

\_\_\_\_\_  
(должность) (подпись) (ФИО)