**Двадцати дневное меню для категории: Детсад I неделя**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Понедельник** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша манная молочная жидкая | 200/5 | 8,77 | | Кофейный напиток с молоком1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с | 50/6 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Ряженка | 150 | 8,17 | | Печенье | 15 | 0,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из белокочанной капусты (с 01.10 по 28.02-зима)  Морковная икра (с 01.03 по 30.06- весна)  Салат из св. огурцов (с 01.07 по 30.09 - лето) | 60  50  60 | 1,79  1,73  1,70 | | Рассольник ленинградский со сметаной | 250 | 5,29 | | Котлета из свинины | 70 | 19,91 | | Рагу из овощей | 200 | 7,92 | | Компот из смородины | 180 | 3,54 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Запеканка из творога (манка) | 170 | 35,16 | | Молоко сгущ. 8,5% | 25 | 2,21 | | Чай с молоком | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,64 | | Примерная стоимость дня |  | 123,75  123,69  123,66 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Вторник** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша ячневая молочная вязкая | 200 | 8,75 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон нарезной с повидлом | 50/9 | 2,86 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Кефир с сахаром | 200/10 | 6,69 | | Вафли | 20 | 1,86 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из свежих помидоров (с 01.07 по 31.09 – лето)  Салат из зеленого горошка ( с 01.10 по 31.06) | 60  40 | 4,59  4,74 | | Борщ со сметаной | 250 | 5,58 | | Гуляш из свинины | 80 | 18,54 | | Макаронные изделия отварные | 150 | 3,39 | | Сок | 180 | 4,84 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Пирожок с яйцом и луком | 60 | 3,13 | | Суфле из рыбы | 70/5 | 17,68 | | Пюре морковное | 180 | 6,91 | | Чай с лимоном | 180 | 1,33 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 96,47  96,62 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Среда** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша пшенная молочная жидкая | 200/5 | 7,32 | | Какао с молоком | 180 | 6,68 | | Батон с маслом, с сыром | 50/6/10 | 5,8 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Йогурт питьевой | 150 | 8,55 | | Вафли | 20 | 1,86 | | **ОБЕД** |  |  | | Свекольная икра | 50 | 1,67 | | Суп овощной с фасолью и смет. | 250 | 9,24 | | Плов из отварной птицы | 150/70 | 18,22 | | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 1,44 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Сосиска в тесте | 60 | 8,31 | | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 7,71 | | Чай с сахаром | 180 | 0,62 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Примерная стоимость дня |  | 88,38 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Четверг** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша кукурузная молочная жидкая | 200/5 | 7,33 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Сок | 180 | 4,6 | | Печенье | 15 | 0,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Икра кабачковая порционная | 60 | 4,65 | | Суп полевой со сметаной | 250 | 3,99 | | Запеканка картофельная с мясом | 200 | 34,78 | | Компот из свежих яблок | 180 | 3,26 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Сырники из творога запеченные | 150 | 37,87 | | Чай с молоком | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 127,62 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Пятница** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша гречневая вязкая на молоке | 200/5 | 8,57 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон нарезной с повидлом | 50/9 | 2,86 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Сок | 180 | 4,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат Пикантный | 45 | 4,58 | | Суп картофельный с зеленым горошком | 250 | 7,5 | | Голубцы ленивые | 190 | 35,49 | | Напиток из шиповника | 180 | 2,29 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Пирожок с картофелем | 70 | 3,54 | | Рыба тушеная в томате с овощ. | 200 | 20,71 | | Чай с сахаром | 180 | 0,62 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 109,64 | |
| **САД II неделя** | | | |  |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Понедельник** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Пудинг из творога запеченый | 150 | 30,97 | | Молоко сгущ. 8,5% | 25 | 2,21 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Кефир с сахаром | 200/10 | 6,69 | | Печенье | 15 | 0,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Помидор порционный ( с 01.07 по 30.09 - лето)  Салат из свеклы и яблок (01.10 по 30.06 – зима,весна) | 60  60 | 4,01  3,24 | | Суп картофельный с бобовыми | 250 | 4,13 | | Котлета из свинины | 70 | 19,91 | | Капуста тушеная | 150 | 7,1 | | Компот из смородины | 180 | 3,54 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Коржик молочный | 60 | 5,85 | | Винегрет овощной | 60 | 3,61 | | Омлет натуральный | 150 | 13,3 | | Чай с молоком | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,64 | | Примерная стоимость дня |  | 123,67  122,90 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Вторник** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Суп молочный с рисом | 200 | 6,94 | | Какао с молоком | 180 | 6,68 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Ряженка | 150 | 8,17 | | Вафли | 20 | 1,86 | | **ОБЕД** |  |  | | Огурец свежий порционный (с 01.07 по 30.09 - лето)  Салат из зеленого горошка(с 01.10 по 30.06 – зима,весна) | 60  60 | 3,67  4,74 | | Щи с капустой, картофелем и сметаной | 250 | 4,96 | | Печень по строгановски | 110 | 14,49 | | Картофельное пюре | 150 | 8,29 | | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 1,44 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Чай с сахаром | 180 | 1,33 | | Макароны, запеченные с яйцом | 205 | 8,79 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Яблоко /бананы | 120 | 8,64 | | Примерная стоимость дня |  | 84,71  86,64 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Среда** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша овсяная «Геркулес» жидкая | 200/5 | 8,8 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон нарезной с повидлом | 50/9 | 2,86 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Йогурт питьевой | 150 | 8,55 | | Вафли | 20 | 1,86 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат витаминный (с 01.07 по 30.09 - лето)  Кукуруза сладкая (с 01.10 по 30.06 – зима,весна) | 60  60 | 2,69  5,60 | | Свекольник со сметаной | 250 | 5,86 | | Жаркое по-домашнему | 220 | 54,29 | | Сок | 180 | 4,84 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко /бананы | 120 | 8,64 | | Котлеты рыбные | 70 | 17,85 | | Пюре морковное | 180 | 6,91 | | Булочка «Нежная» | 60 | 5,67 | | Чай с молоком | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,64 | | Примерная стоимость дня |  | 143,68  145,87 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Четверг** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша «Дружба» | 200/5 | 9,33 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Сок | 150 | 4,6 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из соленого огурца с реп.луком | 60 | 4,87 | | Суп картофельный с клецками | 250 | 4,27 | | Суфле из кур | 70 | 17,63 | | Рагу из овощей | 200 | 7,92 | | Компот из свежих яблок | 180 | 3,26 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Сосиска в тесте | 60 | 8,31 | | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 7,71 | | Чай с сахаром | 180 | 0,62 | | Хлеб пшеничный (ужин) | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 84,97 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Пятница** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша манная молочная жидкая | 200/5 | 8,77 | | Какао с молоком | 180 | 6,68 | | Батон с маслом | 50/6 | 5,8 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Кефир с сахаром | 200/10 | 6,69 | | Вафли | 20 | 1,86 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из морской капусты с яйцом | 60 | 9,06 | | Рассольник домашний со сметаной | 250/10 | 5,85 | | Котлета из свинины | 70 | 19,91 | | Картофельное пюре | 150 | 8,29 | | Напиток из шиповника | 180 | 2,29 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Пудинг из творога запеченный | 150 | 30,97 | | Повидло | 25 | 1,87 | | Чай с молоком | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный 14/22 | 22 | 0,64 | | Примерная стоимость дня |  | 124,02 | |

**САД III неделя**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Понедельник** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша кукурузная молочная жидкая | 200/5 | 7,33 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Йогурт питьевой | 150 | 8,55 | | Вафли | 20 | 1,86 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из свежей капусты с огурцом ( с 01.07 по 30.09 - лето)  Салат из свежей капусты с морковью (с 01.10 по 28.02-зима)  Икра кабачковая (с 01.03 по 30.06- весна) | 60  60  60 | 2,79  2,50  4,65 | | Борщ Сибирский | 200 | 4,14 | | Азу по-татарски со свининой | 200 | 22,61 | | Сок | 180 | 4,84 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Шанежка наливная с яйцом | 60 | 2,6 | | Суп молочный с макаронными изделиями | 200 | 7,71 | | Чай с сахаром | 180 | 0,62 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Примерная стоимость дня |  | 90,96  90,67  92,82 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Вторник** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Суп молочный с пшеном | 200 | 6,95 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Ряженка | 150 | 8,17 | | Печенье | 15 | 0,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из свежих помидор ( с 01.07 по 30.09 - лето)  Салат из свеклы (01.10 по 30.06 – зима,весна) | 60  60 | 4,59  0,84 | | Суп картофельный с рыбной консервой | 250 | 4,16 | | Фрикадельки мясные в соусе | 80/80 | 27,94 | | Макаронные изделия отварные | 150 | 3,39 | | Напиток из шиповника | 180 | 2,29 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Котлеты рыбные | 70 | 17,85 | | Овощи тушеные | 180 | 5,97 | | Чай с сахаром | 180 | 0,62 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 99,02  95,27 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Среда** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша пшеничная молочная жидкая | 200/5 | 8,64 | | Какао с молоком | 180 | 6,68 | | Батон нарезной с повидлом | 50/9 | 2,86 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Печенье | 15 | 0,84 | | Сок | 180 | 4,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Морковная икра | 50 | 1,73 | | Суп рисовый | 250 | 5,35 | | Бигус со свининой | 200 | 23,71 | | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 1,44 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Картофель, запеченный с яйцом | 200 | 7,94 | | Полоска песочная с повидлом | 25 | 3,54 | | Чай с молоком | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный ужин | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 84,02 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Четверг** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша «Здоровье» | 200/5 | 9,32 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Сок | 180 | 4,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Огурец свежий порционный (с 01.07 по 30.09 – лето)  Икра свекольная (01.10 по 30.06 – зима,весна) | 60  50 | 3,67  1,67 | | Суп овощной с фасолью и сметаной | 250 | 9,08 | | Гуляш из свинины | 80 | 18,54 | | Каша перловая рассыпчатая (обед) | 200 | 3 | | Компот из свежих яблок | 180 | 3,26 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Пирожок с морковью | 60 | 3,13 | | Рыба тушеная в томате с овощами | 200 | 20,71 | | Чай с лимоном | 180 | 1,33 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 93,13  94,80 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Пятница** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша ячневая молочная вязкая | 200/5 | 8,77 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом | 50/6 | 5,8 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Ряженка | 150 | 8,17 | | Печенье | 15 | 0,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Кукуруза сладкая | 60 | 5,6 | | Суп-лапша домашняя | 250 | 2,94 | | Котлеты куриные | 70/5 | 18,77 | | Капуста тушеная | 150 | 7,1 | | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 1,44 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Вареники ленивые | 150/8 | 33,56 | | Чай с молоком | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 116,00 | |
| **САД IV неделя** | | | |  |
| |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Понедельник** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша манная молочная жидкая | 200/5 | 8,77 | | Какао с молоком | 180 | 6,68 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Кефир с сахаром | 150 | 6,69 | | Вафли | 20 | 1,86 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат витаминный (с 01.07 по 28.02 лето, зима)  Кабачковая икра (с 01.03 по 30.06 весна) | 60  60 | 2,69  4,65 | | Борщ со сметаной (весна) | 200 | 5,58 | | Тефтели из говядины с рисом (ежики) | 180 | 32,95 | | Соус сметанный | 20 | 1,74 | | Напиток из шиповника | 180 | 2,29 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко /бананы | 120 | 8,64 | | Коржик молочный | 60 | 5,85 | | Рагу из овощей | 200 | 7,92 | | Чай с сахаром | 180 | 0,62 | | Хлеб пшеничный (ужин) | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 101,97  106,62 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Вторник** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Запеканка из творога (манка) | 170 | 35,18 | | Повидло | 25 | 1,87 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Сок | 180 | 4,84 | | Печенье | 15 | 0,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из свеклы и яблок | 60 | 3,24 | | Щи по урал. с геркулесом | 250 | 6,77 | | Суфле из кур | 70 | 17,63 | | Сложный гарнир (обед) | 150 | 9,43 | | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 1,44 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко /бананы | 120 | 8,64 | | Омлет натуральный | 150 | 13,3 | | Булочка «Домашняя» | 40 | 3,72 | | Чай с молоком | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный ужин | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 128,64 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Среда** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша рисовая молочная жидкая | 200/5 | 9,58 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом, с сыром | 50/6/10 | 5,8 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Йогурт питьевой | 150 | 8,55 | | Вафли | 20 | 1,86 | | **ОБЕД** |  |  | | Помидор порционный ( с 01.07 по 30.09 - лето)  Салат из морской капусты с яйцом (01.10. по 30.06 зима, весна) | 60  60 | 4,01  9,06 | | Щи с капустой, картофелем и сметаной | 250 | 4,96 | | Гуляш из свинины | 80 | 28,39 | | Картофельное пюре | 150 | 8,29 | | Сок | 150 | 4,6 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Шарлотка с яблоками | 110 | 61,05 | | Рыба, запеченная в омлете | 160 | 25,1 | | Чай с сахаром | 180 | 0,62 | | Хлеб пшеничный ужин | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 171,69  180,75 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Четверг** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Лакомка из творога | 150 | 32,05 | | Молоко сгущ. 8,5% | 25 | 2,21 | | Какао с молоком | 180 | 6,68 | | Батон с маслом | 50/6 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Кефир с сахаром | 150 | 6,69 | | Вафли | 15 | 1,4 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из соленого огурца с реп.луком | 60 | 4,87 | | Суп полевой со сметаной | 250 | 3,99 | | Азу по-татарски с курицей | 200 | 15,26 | | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 1,44 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко /бананы | 120 | 8,64 | | Колбаса вареная с макаронами | 120/70 | 18,61 | | Чай с сахаром | 180 | 5,49 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,87 | | Примерная стоимость дня |  | 116,82 | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | **Пятница** | **Вых.** | **Цена** | | **ЗАВТРАК** |  |  | | Каша овсяная «Геркулес» жидкая | 200/5 | 8,8 | | Кофейный напиток с молоком 1 | 180 | 6,56 | | Батон с маслом с сыром | 50/6/10 | 7,37 | | **10 ЧАСОВ** |  |  | | Сок | 180 | 4,84 | | **ОБЕД** |  |  | | Салат из свежих огурцов( с 01.07 по 30.09 - лето)  Кукуруза сладкая(с 01.10 по 30.06 –осень, зима, весна) | 60  60 | 4,06  5,6 | | Свекольник со сметаной | 250 | 5,86 | | Котлета из свинины | 70 | 19,91 | | Горошница | 140 | 3,65 | | Компот из смородины | 180 | 3,54 | | Хлеб ржаной | 50 | 1,45 | | **УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК** |  |  | | Яблоко / бананы | 120 | 8,64 | | Шанежка с картофелем | 60 | 3,89 | | Пюре морковное | 180 | 6,91 | | Чай с сахаром | 180 | 0,62 | | Хлеб пшеничный | 30 | 0,64 | | Примерная стоимость дня |  | 88,43  87,03 | |