**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) | 605060 | 1,791,731,70 |
| 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 |  | 123,75123,69123,66 |

  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 6040 | 4,594,74 |
| 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) | 6060 | 4,013,24 |
| 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 |  | 123,67122,90 |

  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 6060 | 3,674,74 |
| 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 |  | 84,7186,64 |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 6060 | 2,695,60 |
| 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 |  | 143,68145,87 |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 606060 | 2,792,504,65 |
| 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 |  | 90,9690,6792,82 |

  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 6060 | 4,590,84 |
| 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 |  | 99,0295,27 |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 6050 | 3,671,67 |
| 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 |  | 93,1394,80 |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 6060 | 2,694,65 |
| 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 |  | 101,97106,62 |

  |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 6060 | 4,019,06 |
| 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 |  | 171,69180,75 |

 |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **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) | 6060 | 4,065,6 |
| 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 |  | 88,4387,03 |

 |