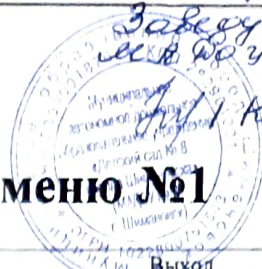
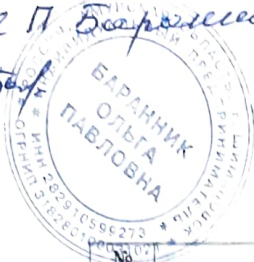


Соч.своим

Утверждено:

И.П. Баранник

Б.П.

Заведующая
М.В. Врч и З

Конева С.В.

Десятидневное меню №1

Понедельник

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная рисовая	150	200
	Чай	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
	Масло сливочное	5	5
		360	430
	Обед		
	Суп с рыбной консервой	150	200
	Гречка отварная	100	120
	Котлета мясная	60	80
	Соус томатный	15	30
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		515	660
	Полдник		
	Омлет	70	70
	Чай с сахаром	150	180
	хлеб пшеничный	25	25
		220	275
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1095	1365

Вторник

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная пшённая	150	200
	Чай с сахаром	180	200
	Батон молочный	30	40
		330	440
	Обед		
	Рассольник со сметаной	150	200
	Картофельное пюре	100	120
	Суфле рыбное	60	70
	Компот из свежих ягод	150	180
	Соус белый	15	30
	Горошек зелёный	40	40
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		555	690
	Полдник		
	Горошница с колбасой	120	150
	Чай с сахаром	150	180
	Хлеб пшеничный	25	25
		295	355
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1180	1485

Среда

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная гречневая	150	200
	Цикорий с молоком	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
		355	425
	Обед		
	Свекольник со сметаной	150	200
	Плов с курицей	120	120
	Капуста морская с луком	40	40
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		500	590
	Полдник		
	Ватрушка с повидлом	65	80
	Чай с сахаром	150	180
		215	260
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1070	1275

Четверг

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная геркулесовая	150	200
	Чай с молоком	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
	Печенье	20	20
		375	445
	Обед		
	Суп картофельный с бобовыми	150	200
	Жаркое по-домашнему	150	200
	Сельдь солёная	40	60
	Компот из свежих ягод	150	200
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		530	710
	Полдник		
	Макароны отварные с сыром	100	120
	Чай с сахаром	150	180
		250	300
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1155	1455

Пятница

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная манная	150	200
	Какао с молоком	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
	Конфета	20	20
		375	445
	Обед		
	Щи с мясом	150	200
	Рис отварной	100	120
	Бефстроганов из печени	50	60
	Кисель из свежих ягод	150	180
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		490	610
	Полдник		
	Запеканка творожная со сгущённым молоком	70	70
	Соус молочный сладкий	15	30
	Чай с сахаром	150	180
		235	280
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1110	1335

Понедельник

Завтрак		
Каша молочная пшённая	150	200
Цикорий с молоком	180	200
Хлеб пшеничный	25	25
	355	425
Обед		
Свекольник на мясном бульоне	150	200
Макароны отварные	100	120
Котлета мясная	60	80
Соус томатный	15	30
Компот из сухофруктов	150	180
Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
	515	660
Полдник		
Омлет	70	70
Чай с сахаром	150	180
Хлеб пшеничный	25	25
	245	275
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1095	1360

Вторник

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная рисовая	150	200
	Чай с молоком	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
	Вафля	20	20
		375	445
	Обед		
	Суп с клёцками	150	200
	Пюре картофельное	100	120
	Гуляш мясной	50	60
	Овощи свежие (свёкла)	40	40
	Компот из свежих ягод	150	180
	Хлеб пшеничный, хлеб ржаной	40	50
		530	650
	Полдник		
	Гречка отварная с молоком	100	120
	Чай с сахаром	150	180
	Хлеб пшеничный	25	25
		275	325
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1180	1420

Среда

		Среда	
№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Суп молочный вермишелевый	150	200
	Чай с сахаром	180	200
	Сыр	10	15
	Хлеб пшеничный	25	25
		365	440
	Обед		
	Суп «Нептун»	150	200
	Плов с курицей	120	120
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб пшеничный, ржаной	40	50
		460	550
	Полдник		
	Овощное рагу	100	120
	Чай с сахаром	150	180
	Хлеб пшеничный	25	25
		275	325
		1100	1315
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ		

Четверг

Завтрак			
	Каша молочная геркулесовая	150	200
	Какао	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
		355	425
Обед			
	Борщ с капустой и картофелем	150	200
	Гречка отварная	100	120
	Фрикаделька мясная	60	80
	Соус томатный	15	30
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		515	660
Полдник			
	Булочка домашняя	65	80
	Снежок	150	180
		215	260
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1085	1345

Пятница

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная манная	150	200
	Цикорий с молоком	180	200
	Хлеб	25	25
	Масло сливочное	5	5
		360	430
	Обед		
	Суп крестьянский	150	200
	Ленивые голубцы	100	120
	Кисель из свежих ягод	150	200
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		440	570
	Полдник		
	Картофельная запеканка с печенью	85	90
	Чай с сахаром	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
		290	315
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1090	1315