

Согласовано
И.п. Берестин

Десятидневное меню №2

Понедельник

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сал
Завтрак			
	Каша молочная пшеничная	150	200
	Чай с лимоном	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
		355	425
Обед			
	Борщ с капустой и картофелем	150	200
	Плов с курицей	120	120
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		460	550
Полдник			
	Горошница с колбасой	120	150
	Чай с сахаром	150	180
	хлеб пшеничный	25	25
		295	355
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1110	1330

Вторник

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сал
	Завтрак		
	Каша молочная гречневая жидкая	150	200
	Чай с молоком	180	200
	Масло сливочное	5	5
	Хлеб пшеничный	25	25
		360	430
	Обед		
	Суп картофельный с клёцками	150	200
	Картофельное пюре	100	120
	Гуляш из отварного мяса	60	80
	Кисель из свежих ягод	150	180
	Овощи свежие (свёкла)	40	60
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		540	690
	Полдник		
	Омлет	70	70
	Чай с сахаром	150	180
	Хлеб пшеничный	25	25
		245	275
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1145	1395

Среда

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Суп молочный вермишелевый	150	200
	Цикорий с молоком	180	200
	Батон молочный	30	40
		360	440
	Обед		
	Свекольник со сметаной	150	200
	Рис отварной	100	120
	Бефстроганов из печени	50	60
	Капуста морская с морковью и луком	40	40
	Компот из сухофруктов	150	180
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		530	650
	Полдник		
	Рыба с овощами	60	80
	Макароны отварные	100	100
	Чай с сахаром	150	180
	Хлеб пшеничный	25	25
		355	385
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1245	1475

Четверг

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная «Дружба»	150	200
	Чай с сахаром	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
	Сыр	10	15
		365	440
	Обед		
	Рассольник со сметаной	150	200
	Картофельное пюре	100	120
	Котлета рыбная	60	80
	Соус белый	15	30
	Компот из свежих ягод	150	200
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		515	680
	Полдник		
	Булка сдобная	65	80
	Чай	150	180
		215	260
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1095	1380

Пятница

№	Наименование блюда	Выход	
		Если	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная рисовая	150	200
	Какао	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
	Масло сливочное	5	5
		360	430
	Обед		
	Суп гречневый с курицей	150	200
	Макароны отварные	100	120
	Котлета мясная	60	80
	Соус томатный	15	30
	Кисель из свежих ягод	150	180
	Овощи свежие (морковь)	40	40
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		555	700
	Полдник		
	Запеканка творожная со сгущённым молоком	70	70
	Соус молочный сладкий	15	30
	Чай с сахаром	150	180
		235	280
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1150	1410

Понедельник

Завтрак		
Каша молочная манная	150	200
Чай с сахаром	180	200
Хлеб пшеничный	25	25
Печенье	20	20
	375	445
Обед		
Суп с рыбной консервой	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		
Овощное рагу	100	120
Чай с сахаром	150	180
Хлеб пшеничный	25	25
	275	340
ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1165	1445

Вторник

№	Наименование блюда	Выход	
		Ясли	Сад
	Завтрак		
	Каша молочная пшеничная	150	200
	Цикорий с молоком	180	200
	Батон молочный	30	40
		360	440
	Обед		
	Суп « Нептун»	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		
	Макароны отварные с сыром	100	120
	Чай с сахаром	150	180
		250	300
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1140	1390

№	Наименование блюда	Среда	
		Выход	
		Ясли	Сад
		Завтрак	
	Каша молочная гречневая	150	200
	Какао с молоком	180	200
	Конфета	20	20
	Хлеб	25	25
		375	445
		Обед	
	Суп картофельный с бобовыми	150	200
	Тефтеля мясо-крупяная	100	120
	Соус томатный	15	30
	Овощи отварные	40	40
	Кисель из свежих ягод	150	180
	Хлеб пшеничный, ржаной	40	50
		495	620
		Полдник	
	Булочка с повидлом	65	80
	Снежок	150	180
		215	260
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1085	1325

Четверг

Завтрак			
	Каша молочная «Дружба»	150	200
	Чай с лимоном	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
		355	425
Обед			
	Суп вермишелевый с курицей	150	200
	Жаркое по-домашнему	150	200
	Компот из сухофруктов	150	180
	Овощи свежие (капуста)	40	40
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		530	670
Полдник			
	Суфле из печени с рисом	80	100
	Соус молочный	15	30
	Хлеб пшеничный	25	25
	Чай с сахаром	150	180
		270	335
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1155	1430

№	Наименование блюда	Пятница	
		Выход	
		Ясли	Сад
Завтрак			
	Каша молочная манная	150	200
	Цикорий с молоком	180	200
	Хлеб	25	25
	Печенье	20	20
		375	445
Обед			
	Борщ с капустой и картофелем	150	200
	Рис отварной	100	120
	Котлета рыбная	60	80
	Соус белый	15	30
	Компот из свежих ягод	150	200
	Хлеб ржаной, пшеничный	40	50
		515	680
Полдник			
	Гречка отварная с молоком	100	120
	Чай с сахаром	180	200
	Хлеб пшеничный	25	25
		305	345
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ	1195	1470