

Ассортиментный перечень блюд 15-ти дневного меню 3 вариант с 3-7 лет 2023г.

	<u>1 день</u>	<u>2 день</u>	<u>3 день</u>	<u>4 день</u>	<u>5 день</u>
<u>1 неделя</u>	<u>Завтрак</u> -Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным 200/2 -Чай с сахаром и молоком 200/9 -Хлеб пшеничный 40 <u>2-ой завтрак</u> -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Салат из св. капусты 60 -Суп из овощей с куриной грудкой 15/235 -Котлеты или биточки мясные 70 -Макароны отварные 154 -Соус белый основной 30 -Кисель из св. яблок 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Блины с повидлом 150/20 -Сок фруктовый 190 -Печенье 45	<u>Завтрак</u> -Б-д с сыром 10/40 -Вермишель молочная с маслом сливочным 180/2 -Напиток кофейный 200 <u>2-ой завтрак</u> -Груша 73 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Борщ с куриной грудкой 15/235 -Суфле рыбное с молочным соусом 185 -Компот из свежих фруктов 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Пирожок, печенный с яблоком 70 - Чай с сахаром 200/9	<u>Завтрак</u> -Б-д с маслом сливочным 8/40 -Каша манная молочная с маслом сливочным и сахаром 200/2 - Чай с сахаром 200/9 <u>2-ой завтрак</u> -Банан 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Помидор свежий 64 -Суп гороховый с мясом и гречками 15/225/10 -Запеканка овощная с куриной грудкой и сметаной (№269) 150/15/30 -Компот из сухофруктов 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Сдоба обыкновенная 70 - Кисломолочный продукт (Снежок) 184 -Йогурт 125	<u>Завтрак</u> -Бутерброд с сыром 10/40 -Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным 200/2 -Кофейный напиток 200 <u>2-ой завтрак</u> -Яблоко 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Огурец свежий порционный 60 -Суп картофельный с рыбными консервами 25/225 -Печень по-строгановски в сметанном соусе 80/30 -Рис отварной 140 -Чай с сахаром 200/9 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Винегрет овощной с сельдью 100/20 -Кисель из св. яблок 200 -Печенье 45 -Хлеб пшеничный 40	<u>Завтрак</u> -Запеканка из творога со сгущенным молоком 120/17 -Какао с молоком 200 -Йогурт 125 <u>2-ой завтрак</u> -Апельсин 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Салат из кв. капусты 60 -Рассольник с куриной грудкой 15/235 -Жаркое по-домашнему 30/140 -Компот из сухофруктов 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Омлет натуральный 165 -Чай с сахаром 200/9 -Хлеб пшеничный 40

<u>2 неделя</u>	<u>Завтрак</u> -Б-д с сыром 10/40 -Каша гречневая молочная с маслом сливочным 200/2 -Напиток кофейный 200 <u>2-ой завтрак</u> -Банан 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Щи из свежей капусты с куриной грудкой 15/235 -Котлеты или биточки рыбные 70 -Картофельное пюре 150 -Компот из сухофруктов 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Пирожок, печеный с яблоком 70 -Кисломолочный продукт (Снежок) 184	<u>Завтрак</u> -Б-д с маслом сливочным 8/40 -Каша пшенная молочная с маслом сливочным 200/2 -Чай с сахаром 200/9 <u>2-ой завтрак</u> -Яблоко 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -огурец свежий порционный 61 -Суп картофельный с куриной грудкой 15/235 -Запеканка из печени с рисом и сметанным соусом 210/30 -Кисель из св. яблок 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Блины с повидлом 100/20 -Сок натуральный 190	<u>Завтрак</u> -Огурец свежий порционный 60 -Омлет натуральный 155 -Напиток кофейный 200 -Хлеб пшеничный 40 <u>2-ой завтрак</u> -Апельсин 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Суп крестьянский с крупой и мясом 15/235 -Запеканка картофельная с молочным соусом 150/20 -Сок натуральный 190 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Котлета куриная 70 -Капуста тушеная 150 -Компот из кураги 200 -Хлеб пшеничный 40	<u>Завтрак</u> -Б-д с сыром 10/40 -Каша рисовая молочная с маслом сливочным 200/2 -Какао с молоком 200 <u>2-ой завтрак</u> -Банан 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Помидор свежий 64 -Борщ из свежей капусты и куриной грудкой 15/235 -Рагу из куриной грудки 40/140 -Кисель из кураги 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Сырники с морковью и сгущенным молоком 150/17 -Сок натуральный 190 -Печенье 45	<u>Завтрак</u> -Б-д с маслом сливочным 8/40 -Вермишель молочная с маслом сливочным 180/2 -Кофейный напиток 200 <u>2-ой завтрак</u> -Груша 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Салат из св. капусты 60 -Рассольник с мясом 15/235 -Котлеты или биточки рыбные 70 -Пюре картофельное 150 -Компот из сухофруктов 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Винегрет овощной с сельдью 100/20 -Чай с сахаром 200/9 -Хлеб пшеничный 40
	<u>1 день</u>	<u>2 день</u>	<u>3 день</u>	<u>4 день</u>	<u>5 день</u>

3 неделя	<u>Завтрак</u> -Каша молочная «Дружба» с маслом сливочным 200/2 -Чай с сахаром и молоком 150/55/9 -Хлеб пшеничный 40 <u>2-ой завтрак</u> -Яблоко 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Огурец свежий порционный 61 -Суп картофельный с рыбными фрикадельками 25/225 -Гуляш из говядины 50/20 -Макароны отварные 154 -Сок натуральный 190 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Вареники ленивые со сметаной 150/27 - Кисломолочный продукт (Снежок) 184 -Печенье 45	<u>Завтрак</u> -Б-д с сыром 10/40 -Каша пшенная молочная с маслом сливочным 200/2 -Напиток кофейный 200 <u>2-ой завтрак</u> -Банан 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Помидор свежий порционный 64 -Свекольник с куриной грудкой 15/235 -Плов 40/150 -Компот из сухофруктов 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Шарлотка из яблок 85 -Кисломолочный продукт (Снежок) 184	<u>Завтрак</u> -Бутерброд с сыром 13/40 -Каша гречневая молочная с маслом сливочным 200/2 - Чай с сахаром и молоком 150/50/9 <u>2-ой завтрак</u> -Апельсин 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Салат из моркови с изюмом 60 -Солянка домашняя с мясом (№157) 15/235 -Голубцы ленивые 180/30 -Компот из свежих фруктов 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Запеканка из творога со сгущенным молоком 120/17 -Сок натуральный 190	<u>Завтрак</u> -Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» с маслом сливочным 200/2 -Какао с молоком 200 -Йогурт 125 -Хлеб пшеничный 40 <u>2-ой завтрак</u> -Груша 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Салат из свеклы с чесноком 60 -Суп рисовый с мясом 15/235 -Азу 40/160 -Компот из изюма 200 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Б-д с маслом сливочным 40/7 -Капуста тушеная 43/140 -Чай с сахаром 200/9	<u>Завтрак</u> -Каша манная молочная с маслом сливочным 200/2 -Напиток кофейный 200 -Хлеб пшеничный 40 <u>2-ой завтрак</u> -Апельсин 90 -Напиток витаминизированный 37,5 <u>Обед</u> -Огурец св. порционный 60 -Борщ с куриной грудкой 15/235 -Рыба, запеченная в сметанном соусе 60/20 -Пюре картофельное 150 -Чай сахаром 200/9 -Хлеб ржаной 37,5 <u>Полдник</u> -Омлет натуральный 165 -Кисломолочный продукт (Снежок) 184 -Хлеб пшеничный 43,5 -Печенье 45
	<u>1 день</u>	<u>2 день</u>	<u>3 день</u>	<u>4 день</u>	<u>5 день</u>