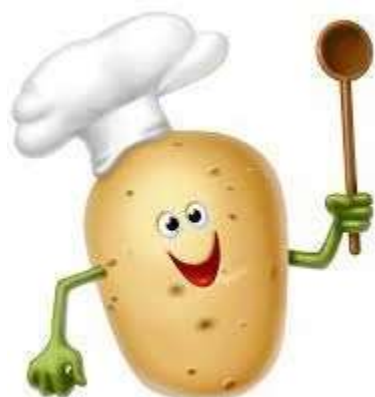


МЕНЮ

ПОНЕДЕЛЬНИК

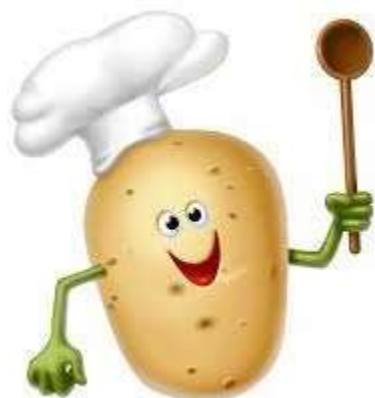
Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Икра кабачковая	50	60.63	75	90.94
Яйцо куриное отварное	1 шт/40гр	63	1 шт/40гр	63
Макароны отварные	100	135	100	135
Коф.напиток на сгущ.молоке	150	84	180	100.8
Хлеб пшенич.йодиров.	20	47.6	20	47.6
Масло сливочное	5	33.05	5	33.05
Итого за завтрак:		423.28		470.40
Второй завтрак:				
Кефир	150	76.67	160	81.17
Итого за второй завтрак:		76.67		81.17
Обед:				
Суп картоф. с рисом	180	120.42	200	101.8
Биточек из рубленной говядины	60	139	70	162.2
Капуста туш. с том.пастой	100	75.1	150	112.65
Компот из св.яблок	150	73.2	180	87.84
Хлеб пшенич.йодиров.	15	35.7	-	-
Хлеб ржанной	20	44	30	66
Итого за обед:		487.42		530.49
Полдник:				
Каша рисовая молочная(жидкая)	100	148	100	148
Чай	150	40	180	40
Сдоба обыкнов.(плюшка)	70	205.55	70	205.55
Итого за полдник:		393.55		393.55
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

ВТОРНИК

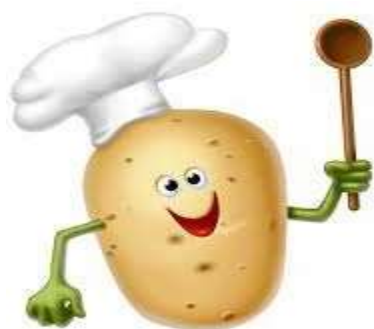
Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Суп молочный с гречневой крупой	150	99.3	180	119.16
Конд.изделие(печенье)	45	46.78	30	53.97
Чай	150/7	28.00	180	40.00
Хлеб пшеничный	20	47.60	20	47.60
Масло сливочное	5	33.05	5	33.05
Итого за завтрак:		254.73		293.78
Второй завтрак:				
Фрукты свежие(яблоки)	65	28.60	70	30.80
Итого за второй завтрак:		28.60		30.80
Обед:				
Борщ «вегетарианский» со сметанной	180	85.86	200	95.40
Фрикадельки мясные(говядина) С соусом томатно-сметанным	60/60	164.00	80/80	218.66
Пюре картофельное	110	100.65	110	100.65
Компот из сухофруктов	150	73.20	180	101.70
Хлеб пшеничный	15	47.60	-	-
Хлеб ржанной	20	44	30	66
Итого за обед:		515.31		582.41
Полдник:				
Лапшевник с творогом	80	144.00	100	180.00
Молоко кипяченое	150	85.00	180	102.00
Итого за полдник:		229.00		282.00
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

СРЕДА

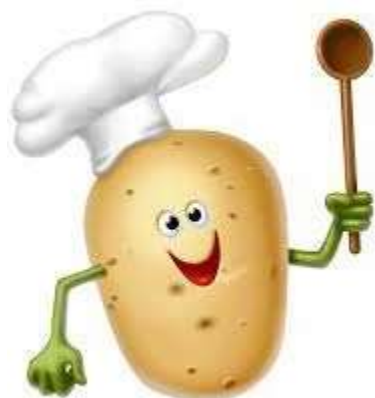
Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Салат из белокач.капусты	40	34.96	40	34.96
Омлет с сыром	60	148	120	267.33
Кофейнный напиток с молоком	150	70	180	84
Хлеб пшеничный	20	47.6	20	47.6
Масло сливочное	5	33.05	-	-
Итого за завтрак:		333.61		433.89
Второй завтрак:				
Ряженка	150	81.07	-	-
Кефир	-	-	160	81.17
Итого за второй завтрак:		81.07		81.17
Обед:				
Суп картоф.протертый с гренками	180/15	74.68	-	-
Суп картоф. с вермишелью	-	-	200	83.8
Суфле из говяжьей печени	60	181.59	70	181.59
Сок клубничный	150	70.5	100	97
Каша пшеничная	100	97	180	84.6
Хлеб ржаной	20	44	18	66
Итого за обед:		467.77		512.99
Полдник:				
Фрикадельки рыбные в том.соусе (минтай)	50/50	79.34	50/50	79.34
Чай	150	28	180	40
Хлеб пшеничный	15	35.7	20	47.6
Фрукты(яблоки)	65	28.6	-	-
Итого за полдник:		180.24		166.94
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

ЧЕТВЕРГ

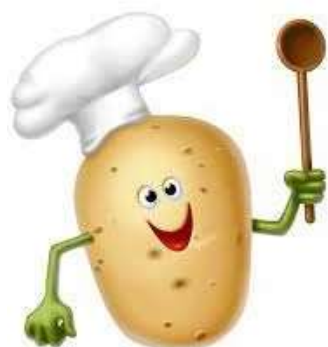
Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Каша манная	150	178,00	180	213,60
Чай с сахаром	150	28,00	180	40,00
Хлеб пшеничный	20	47,60	20	47,60
Масло сливочное	5	33,05	5	33,05
Итого за завтрак:		286,65		334,25
Второй завтрак:				
Фрукты свежие - Яблоки	65	28,60	70	40,06
Итого за второй завтрак:		28,60		40,06
Обед:				
Салат из свеклы	40	37,56	-	-
Суп «Харчо» с говядиной	180/15	109,47	200/18	121,63
Рагу из птицы (курица)	60/100	260,86	70/100	277,16
Кисель из свежих плодов	150	82,65	180	99,18
Хлеб пшеничный	15	35,70	20	47,60
Хлеб ржаной	20	44	-	-
Итого за обед:		532,68		545,57
Полдник:				
Запеканка творожная со сметаной	80/8	222,64	100/7,5	271,90
Молоко кипяченое	150	85,00	180	102,00
Итого за полдник:		307,64		373,90
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

ПЯТНИЦА

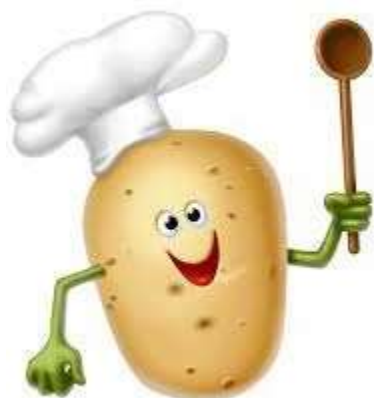
Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Икра свекольная	40	40.04	60	60.06
Тефтели рыбные (минтай) тушеные с соусом сметанным	60/15	96.12	60/15	96.12
Чай с сахаром	150	40	180	40
Хлеб пшеничный йодированный	15	35.7	20	47.6
Масло сливочное	7	33.05	-	-
Итого за завтрак:		286.02		243.78
Второй завтрак:				
Кефир	150	76.0	160	81.17
Итого за второй завтрак:				
Обед:				
Щи из свежей капусты	180	61.02	200	67.8
Котлеты рубленые запеченные с молочным соусом и сыром	60	139.0	70	162.17
Пюре из гороха	110	169.13	110	169.13
Сок натуральный (фруктовый)	150	70.5	180	84.6
Хлеб ржаной	20	44	30	66
Хлеб пшеничный йодированный	15	35.7	-	-
Итого за обед:		519.35		549.07
Полдник:				
Вареники ленивые со сметаной	80 /5	174.4	80/5	174.4
Какао с молоком	180	106.8	/80	106.8
Фрукты свежие (яблоки)	65	28.6	70	30.8
Итого за полдник:		309.8		312
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

ПОНЕДЕЛЬНИК

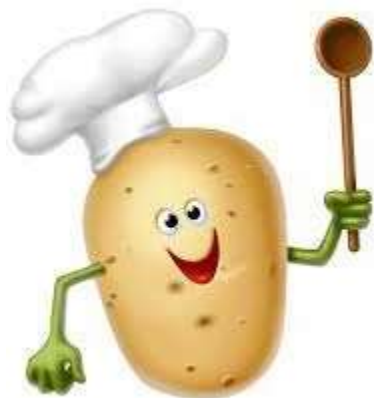
Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Икра кабачковая	100	121.26	75	90.94
Яйцо отварное	1 шт/40гр	63.00	1 шт/40гр	63.00
Чай	150	40.00	180	40.00
Хлеб пшенич.	20	47.60	30	47.60
Масло слив.	7	46.27	5	33.05
Итого за завтрак:		318,13		274.60
Второй завтрак:				
Фрукты свежие(яблоки)	65	28.60	70	40.06
Итого за второй завтрак:		28.60		40.06
Обед:				
Суп картофельный	180	103.3	200	114.77
Запеканка картоф. с мясом(говядина)	150	229.92	150	229.42
Кофейный напиток со сгущ.молоком	150	84.00	180	100.80
Хлеб ржанной	20	44	30	66.00
Итого за обед:		461.22		511.49
Полдник:				
Салат из белокач.капусты	40	34.96	60	52.44
Котлета рыбная запеченая	60	81.00	70	94.50
Компот из сухофруктов	150	84.75	180	101.70
Хлеб пшенич.	15	35.70	15	35.7
Итого за полдник:		236.41		284.34
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

ВТОРНИК

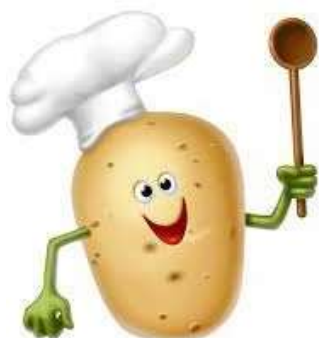
Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Суп молоч. с пшеном	150	110.1	180	132.12
Чай с молоком	150	77.00	-	-
Хлеб пшенич. йодированный	20	47.60	20	47.6
Масло сливочное	7	46.27	5	33.05
Сыр	5	18	-	-
Чай	-	-	180	40
Итого за завтрак:		298.97		252.77
Второй завтрак:				
Кефир	150	75	160	81.17
Итого за второй завтрак:		75		81.17
Обед:				
Суп гороховый с мясом говядины	180/12	127.42	200/8	157.57
Плов из птицы с том.пастой	60/100	223.26	70/100	237.21
Сок натуральный(клубничный)	150	70.5	180	84.6
Хлеб пшенич. йодированный	20	47.6	-	-
Хлеб ржанной	20	44	30	66
Итого за обед:		512.77		545.38
Полдник:				
Пудинг из творога с рисом	80	193	140	325.7
Кофейнный напиток с молоком	150	70	180	84
Фрукты свежие(яблоки)	80	35.2	-	-
Итого за полдник:		298.2		409.7
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

СРЕДА

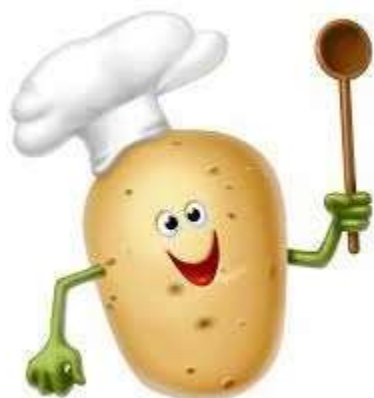
Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Омлет натуральный	60	117.75	100	206.85
Какао с молоком	150	89	180	106.80
Хлеб пшеничный	20	47.6	20	47.60
Масло сливочное	7	46.27	5	33.05
Итого за завтрак:		300.62		394.30
Второй завтрак:				
Ряженка	150	76.00	-	-
Кефир	-	-	160	81.17
Итого за второй завтрак:		76.00		81.17
Обед:				
Борщ с капустой(сметана)	180/5	84.01	200/5	93.34
Тефтели мясные (говядина) с соусом сметанно-луковым	60/60	171.00	80/80	227.99
Пюре картофельное	110	100.65	110	100.65
Кисель из свежих фруктов (яблоки)	150	106.65	180	127.9
Хлеб ржаной	20	44.00	30	66.00
Итого за обед		506.31		615.88
Полдник:				
Шницель рыбный(горбуша)	60	83.00	70	96.83
Салат из свеклы	40	37.56	60	56.34
Хлеб пшеничный	15	35.70	20	47.60
Чай	150/7	40.00	180	40.00
Фрукты (яблоки)	65	28.60	-	-
Итого за полдник:		224.86		240.77
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

ЧЕТВЕРГ

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Суп молочный с вермишелью	100	72,6	200	175,2
Чай	150	40	180	40
Хлеб пшеничный	20	47,6	20	47,6
Масло сливочное	5	33,05	5	33,05
Сыр	5	18	5	18
Итого за завтрак:		211,25		283,25
Второй завтрак:				
Сок натуральный (яблочный)	150	70,5	160	84,59
Кондитерские изделия (печенье)	44	45,74	30	53,97
Итого за второй завтрак:		116,23		124,46
Обед:				
Суп картофельный с греч. крупой	180	65,88	200	73,2
Голубцы ленивые с сметанно-томатным соусом	160/30	249,94	160/30	249,94
Компот из свежих яблок	150	73,2	180	87,84
Хлеб пшеничный йодированный	20	47,6	-	-
Хлеб ржаной	20	44	30	66
Итого за обед:		480,62		476,98
Полдник:				
Пирожки печеные с яблоком	60	153,59	60	109,44
Молоко кипяченое	150	85	180	102
Итого за полдник:		238,59		211,44
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰



МЕНЮ

ПЯТНИЦА

Наименование блюда	Ясли		Сад	
	Вес блюда	Калорийность	Вес блюда	Калорийность
Завтрак:				
Суп молочный с манной крупой	150	99,15	180	118,98
Какао с молоком	150	89,00	180	100,8
Хлеб пшеничный иодированный	20	47,6	20	47,6
Масло сливочное	7	46,27	5	33,05
Итого за завтрак:		282,02		306,43
Второй завтрак:				
Кефир	150	76,0	160	81,17
Фрукты свежие (яблоки)	65	28,6	-	-
Итого за второй завтрак:		104,6		81,17
Обед:				
Суп картофельный с мясными фрикадельками	180/18	97,2	200/25	125,00
Жаркое по-домашнему	155	159,03	170	174,42
Компот из сухофруктов	150	84,75	180	174,42
Хлеб ржаной	-	-	30	66
Хлеб пшеничный иодированный	20	47,60	-	-
Итого за обед:		388,58		467,12
Полдник:				
Салат из белокачанной капусты	40	34,96	60	52,44
Котлеты рыбные (минтай)	60	81,00	70	94,5
Чай с сахаром	150	28	180	40
Хлеб ржаной/ Хлеб пшеничный	20	44,00	20	47,6
Итого за полдник:		187,96		234,54
Стоимость одного дня:		158 ¹⁸		174 ⁰⁰

