

Меню
Летне-осенний период
(1 неделя) Сад

При подготовке этого материала был использован Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях / Под ред. М.П. Могильного и В.А. Тутельяна, 2011 год, 584 страницы (реферативно)

	Понедельник		Вторник		Среда		Четверг		Пятница	
8:30 Завтрак	Запеканка рисовая со свежими яблоками	200	Суп молочный манный	200	Запеканка картофельная с печенью	180	Суп молочный гречневый	200	Суп молочный пшеничный	200
			Яйцо варёное	20			Яйцо варёное	20		
	Соус фруктовый	50			Салат из свежих огурцов с зел.луком	50			Салат из моркови припущенной	50
	Чай с сахаром	180	Какао с молоком	180	Чай с сахаром	180	Какао с молоком	180	Кофейный напиток с молоком	180
	Хлеб пшеничный /масло /сыр	40 /5 /15	Хлеб пшеничный /масло	40 /10	Хлеб пшеничный /масло /сыр	40 /5 /15	Хлеб пшеничный /масло	40 /10	Рожок /масло /сыр	40 /5 /15
10:00 Второй завтрак	Напиток витаминизированный	125	Сок фруктовый	165	Сок фруктовый	165	Сок фруктовый	165	Напиток витаминизированный	125
	Фрукты	50	Фрукты	50	Фрукты	100	Фрукты	50	Фрукты	50
	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20	Кондитерские изделия	20
12:00 Обед	Суп с макаронными изделиями	250	Свекольник	250	Суп гороховый	250	Щи со сметаной	250 /10	Суп лапша домашняя	250
	Котлеты рыбные	70	Рыба отварная	70	Плов из говядины	70/130	Печень по-строгановски	70	Кнели из кур	70

	Соус томатный	50								
	Капуста тушёная	150	Картофельное пюре	150			Каша пшеничная	100	Каша ячневая	150
	Салат из редиса	50	Икра из свежих баклажанов	50	Салат из свежей капусты с морковью	50	Салат из свежих помидоров с перцем	50	Салат из свежей капусты с яблоком	50
	Компот из свежих фруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из свежих фруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из свежих фруктов	180
	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50
15:30 Полдник	Кефир	150	Ряженка	150	Ряженка	150	Ряженка	150	Кефир	150
	Булочка "Веснушка"	60	Запеканка творожная	150	Пирожок с повидлом	60	Булочка "Осенняя"	60	Зразы творожные	150
17:30 Ужин	Суп молочный геркулесовый	200	Рагу овощное	200	Суп молочный с макаронными изделиями	200	Голубцы овощные	200	Котлеты картофельные	150
			Огурец свежий	50			Соус молочный	50	Соус сметанный	50
	Кофейный напиток с молоком	180	Кисель из свежих фруктов	180	Кисель молочный	180	Чай с сахаром	180	Кисель с сухофруктами	180
	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40	Хлеб пшеничный	40