

14.11.22 - 28.11.22

Заведующая _____

| Понедельник | | | Вторник | | | Среда | | | Четверг | | | Пятница | | |
|----------------|------------------------------|-------|----------------|------------------------------|-----|----------------|--------------------------------|-------|----------------|------------------------|-------|----------------|-------------------------------|-----|
| Вых. | | | Вых. | | | Вых. | | | Вых. | | | Вых. | | |
| ЗАВТРАК | | | ЗАВТРАК | | | ЗАВТРАК | | | ЗАВТРАК | | | ЗАВТРАК | | |
| | Каша из крупы "Геркулес" | 200 | | Омлет натуральный | 200 | | Каша пшеничная молочная жидкая | 200 | | Каша "Дружба" | 200 | | Каша манная молочная жидкая | 200 |
| | вязкая | | | Хлеб пшеничный | 20 | | Хлеб пшеничный | 20 | | Бутерброды с маслом | 20/10 | | Хлеб пшеничный | 20 |
| | Бутерброды с маслом | 20/10 | | витаминизированный | | | витаминизированный | | | Хлеб пшеничный | 20 | | витаминизированный | |
| | Хлеб пшеничный | 20 | | Кофейный напиток с молоком | 200 | | Чай с молоком | 200 | | витаминизированный | | | Напиток из шиповника | 200 |
| | витаминизированный | | | | | | | | | Какао с молоком | 200 | | | |
| | Какао с молоком | 200 | | | | | | | | | | | | |
| ОБЕД | | | ОБЕД | | | ОБЕД | | | ОБЕД | | | ОБЕД | | |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250/5 | | Суп крестьянский с крупой | 250 | | Рассольник ленинградский | 250/5 | | Свекольник | 250/5 | | Суп-лапша домашняя | 250 |
| | со сметаной | | | Голубцы ленивые (пол) | 70 | | Печень говяжья по-строгановски | 100 | | Плов из отварной птицы | 200 | | Котлеты "Полтавские" Снеж.гор | 100 |
| | Рыба тушеная в томате с | 150 | | Соус томатный | 30 | | Соус сметанный | 40 | | Хлеб пшеничный | 20 | | Рагу из овощей (2-й вариант) | 180 |
| | овощами | | | Пюре картофельное с морковью | 180 | | Макаронные изделия отварные | 180 | | витаминизированный | | | Соус томатный | 30 |
| | Рис отварной | 180 | | | | | | | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | | |
| | Хлеб пшеничный | 20 | | Хлеб пшеничный | 20 | | Хлеб пшеничный | 20 | | витаминизированный | | | Хлеб пшеничный | 20 |
| | витаминизированный | | | витаминизированный | | | витаминизированный | | | Чай с молоком | 200 | | витаминизированный | |
| | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | | | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 |
| | витаминизированный | | | витаминизированный | | | витаминизированный | | | | | | витаминизированный | |
| | Кисель из концентрата | 200 | | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | Компот из свежих плодов или | 200 | | | | | Компот из смеси сухофруктов | 200 |
| | плодового или ягодного | | | | | | ягод | | | | | | | |
| ПОЛДНИК | | | ПОЛДНИК | | | ПОЛДНИК | | | ПОЛДНИК | | | ПОЛДНИК | | |
| | Сдоба Мотылек | 100 | | Сдоба Россиянка | 100 | | Сдоба Лакомка | 100 | | Сдоба Московская | 100 | | Сдоба Услада | 100 |
| | Чай с молоком | 200 | | Чай с сахаром | 200 | | Кофейный напиток | 200 | | Сок | 200 | | Чай с молоком | 200 |

Примерное 12 дневное меню для категории: 12-18

Меню 3 приема пищи 2

1 неделя

| Суббота | Вых. | |
|----------------------------|-------|--|
| ЗАВТРАК | | |
| Каша из овсяных хлопьев | 200 | |
| "Геркулес" жидкая | | |
| Бутерброды с сыром | 20/10 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | |
| витаминизированный | | |
| Чай с сахаром | 200 | |
| ОБЕД | | |
| Суп картофельный | 250 | |
| Рыба тушеная в сметанном | 150 | |
| соусе | | |
| Соус сметанный | 30 | |
| Каша гречневая рассыпчатая | 180 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | |
| витаминизированный | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | |
| витаминизированный | | |
| Чай с сахаром | 200 | |
| | | |
| ПОЛДНИК | | |
| | | |
| | | |

14.11.22 - 28.11.22

Заведующая _____

| Понедельник | | Вых. | Вторник | | Вых. | Среда | | Вых. | Четверг | | Вых. | Пятница | | Вых. |
|-----------------------------|-----|------|--------------------------------|-------|------|-------------------------------|-----|------|----------------------------|------|------|------------------------------|-------|------|
| ЗАВТРАК | | | ЗАВТРАК | | | ЗАВТРАК | | | ЗАВТРАК | | | ЗАВТРАК | | |
| Каша кукурузная молочная | 200 | | Каша пшеничная молочная жидкая | 200 | | Каша гречневая вязкая на | 200 | | Суп молочный с макаронными | 200 | | Каша рисовая молочная жидкая | 200 | |
| жидкая | | | Бутерброды с джемом или | 20/15 | | молоке | | | изделиями | | | Бутерброды с сыром | 20/10 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | повидлом | | | Хлеб пшеничный | 20 | | Бутерброды с маслом | 20/5 | | | | |
| витаминизированный | | | Хлеб пшеничный | 20 | | витаминизированный | | | Хлеб пшеничный | 20 | | Хлеб пшеничный | 20 | |
| Кофейный напиток | 200 | | витаминизированный | | | Какао с молоком | 200 | | витаминизированный | | | витаминизированный | | |
| | | | Компот из смеси сухофруктов | 200 | | | | | Чай с молоком | 200 | | Чай с лимоном | 200 | |
| ОБЕД | | | ОБЕД | | | ОБЕД | | | ОБЕД | | | ОБЕД | | |
| Уха рыбацкая | 250 | | Суп с макаронными изделиями | 250 | | Суп гороховый | 250 | | Суп картофельный | 250 | | Свекольник | 250/5 | |
| Тефтели из говядины с рисом | 100 | | и картофелем | | | Котлеты "Полтавские" Снеж.гор | 100 | | Рагу из птицы | 200 | | Биточки "Куриные" Снеж.гор | 100 | |
| "ежики" | | | Рыба тушеная в томате с | 150 | | | | | | | | | | |
| Соус молочный для запекания | 40 | | овощами | | | Рагу из овощей (2-й вариант) | 180 | | Соус томатный | 30 | | Пюре картофельное с морковью | 180 | |
| Макаронные изделия отварные | 180 | | Пюре картофельное | 180 | | Соус томатный | 30 | | Хлеб пшеничный | 20 | | Хлеб пшеничный | 20 | |
| | | | Хлеб пшеничный | 20 | | | | | витаминизированный | | | витаминизированный | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | | витаминизированный | | | Хлеб пшеничный | 20 | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | |
| витаминизированный | | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | витаминизированный | | | витаминизированный | | | витаминизированный | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | витаминизированный | | | Хлеб ржано-пшеничный | 40 | | Чай с сахаром | 200 | | Чай с сахаром | 200 | |
| витаминизированный | | | Кисель из концентрата | 200 | | витаминизированный | | | | | | | | |
| Чай с сахаром | 200 | | плодового или ягодного | | | Компот из яблок с лимоном | 200 | | | | | | | |
| ПОЛДНИК | | | ПОЛДНИК | | | ПОЛДНИК | | | ПОЛДНИК | | | ПОЛДНИК | | |
| Сдоба Черемуха | 100 | | Сдоба Мотылек | 100 | | Сдоба Выборгская | 100 | | Ватрушка с творогом | 100 | | Сдоба Московская | 100 | |
| Чай с молоком | 200 | | Кофейный напиток | 200 | | Чай с сахаром | 200 | | Какао с молоком | 200 | | Кофейный напиток | 200 | |

Примерное 12 дневное меню для категории: 12-18

Меню 3 приема пищи 2

2 неделя

| Суббота | Вых. | |
|-----------------------------|------|--|
| ЗАВТРАК | | |
| Каша манная молочная жидкая | 200 | |
| Бутерброды с маслом | 20/5 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | |
| витаминизированный | | |
| Чай с сахаром | 200 | |
| ОБЕД | | |
| Суп картофельный с крупой | 250 | |
| Голубцы ленивые (пол) | 70 | |
| Соус томатный | 30 | |
| Рис припущенный | 180 | |
| Хлеб пшеничный | 20 | |
| витаминизированный | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | 40 | |
| витаминизированный | | |
| Компот из смеси сухофруктов | 200 | |
| ПОЛДНИК | | |
| | | |