

Примерное двухнедельное меню

группы для детей раннего возраста от 1 до 3-х лет, 12 - часовой режим пребывания

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Завтрак									
ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 45	СОСИСКИ, САУДИДСКИ ОТВАРНЫЕ 50/5	КАША ПШЕННАЯ С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 195/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЮ 200	ПРОРЕ МОРКОВНОЕ 45	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 45	КАША ПШЕННАЯ С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 195/5	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 70	КАША МАНАНА С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 200	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖЕЛТКАЯ 200
КАША РАССЫПАТАЯ 120	РИС ОТВАРНОЙ 120	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ОЛАДЫ ИЗ ТВОРОГА 120	МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 180
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ 180	БУЛКА 40	БУЛКА 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 45	БУЛКА 40
БУЛКА 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 45			БУЛКА 30	БУЛКА 40				
П Завтрак									
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 164	ЯГОДКИ ПЕЧЕННЫЕ 80/5	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 164	БАНАН 190	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 164	ЯГОДОК 190	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 164	ЯГОДОК 190	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 164	АПЕЛЬСИН 170
ПЕЧЕНЬЕ 18								ВАФЛИ 20	
Обед									
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 45	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 45	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ 45	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 45	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 45	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ 45	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 45	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 45	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 45	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ 45
ПИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 190/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНИКАМИ ИЗДЕЛКАМИ 200	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 190/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЮ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЮ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КШЕЛКАМИ 200	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ 200	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ 190/10	ПИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 190/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПЮЮ 200
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 220	ГОЛУШКА ЛЕНИВЫЕ 220	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 170	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЫ РУБЛЕННЫЕ 70	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 220	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 220	ТУШЕНА ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ 180	КОТЛЕТЫ, ВИТОЧКИ, ШНИЦЫ РУБЛЕННЫЕ 70	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 150
КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ С ЛУКОМ 40	СОУС СМЕТАННЫЙ 15	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 150	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 150	ПРОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 15	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й вариант) 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 180
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 150	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 150	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 150	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕННЫХ ФРУКТОВ 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ 20	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ 20				ХЛЕБ 20	ХЛЕБ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ 20
Уютный полдник									
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЮЮ 200	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ 100	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 70	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 45	РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ 70/5	КАША ОРСЯЧАЯ "ТЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖЕЛТКАЯ 195/5	ПРОРЕ МОРКОВНОЕ 45	ИГРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 45	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯГОДКАМИ 110	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 70
КАКАО С МОЛОКОМ 180	СОУС СМЕТАННЫЙ 15	ПРОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	ДРАЧЕНА 80	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные) 100	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 70	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 150	ПРОРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ 150
СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 70	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 150	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЫЯ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЫМ, ДЖЕМОМ, МЕЛОМ, ПОВИДЛОМ 180	ХЛЕБ 30	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 150	КАША ВЯКАЯ 120/5	БУЛКА 30	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180
	БУЛКА 30	БУЛКА 30	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 80	ХЛЕБ 40		БУЛКА 30	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ 180		БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70
			ХЛЕБ 30						
							СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 70		

Примерное двухнедельное меню

Группы для детей дошкольного возраста от 3-х до 7 лет, 12 - часовой режим пребывания

Первый день	Второй день	Третий день	Четвертый день	Пятый день	Шестой день	Седьмой день	Восьмой день	Девятый день	Десятый день
Завтрак									
ИГРА КАВАЧОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	СОСИСКИ, САРДЕЛЬКИ ОТВАРНЫЕ 70/5	КАША ПШЕННАЯ С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 220/5	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПЫМ 250	ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА 150/30	ИГРА КАВАЧОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 220/5	ОМЛЕТ НА ТУШЕНЫХ 85	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 220/5
КАША РАССЫПЧАТАЯ 200	РИС ОТВАРНОЙ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КАКАО С МОЛОКОМ 200	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	МАКАРОННЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КАША МАНАГА С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 220	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40
ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУЛКА 40	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 200	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 60	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 60	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ 200
БУЛКА 50	БУТЕРБРОД С СЫРОМ 60				БУЛКА 50				
И Завтрак									
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКИ ПЕЧЕННЫЕ 140/5	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	БАНАН 200	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 190	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	ЯБЛОКО 190	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200	АПЕЛЬСИН 200
ПЕЧЕНЬЕ 40				ВАФЛИ 30		ВАФЛИ 30		ПЕЧЕНЬЕ 40	
Обед									
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВЬНАЯ 60	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВЬНАЯ 60	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ КОНСЕРВИРОВАННОЙ 60	ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВЬНАЯ 60
ЦИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 240/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНЫМ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОНИМИ ИЛИ ПЕННЕМИ 250	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 240	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНЫМ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЙКАМИ 250	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОРОВОМ 250	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ 240/10	ЦИИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 240/10	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНЫМ 250
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 260	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1- й ВАРИАНТ) 80	ГОЛУБИЦА ЛЕНЬВЫЕ 220	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 220	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕВНЫЕ 80	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 260	ТУШЕНКА ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 70	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 220	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕВНЫЕ 80	МАКАРОНИКИ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ 220
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	СОУС СМЕТАННЫЙ С ДЖЕМОМ 50	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 180	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ 200	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 180	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ (1-й вариант) 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 180	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 200	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
ХЛЕБ 15	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ 200	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ 15	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ 30
Усиленный полдник									
СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНЫМ 250	СЫРНИКИ С МОРКОВЬЮ 150	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ 80	ИГРА КАВАЧОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ 60	РЫБА ПРИПУШЕННАЯ 75/5	КАША ОВсяная "ТЕРКУДС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200/5	ВАРЕНЬКИ ЛЕНЬВЫЕ (отварные) 140	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ 80	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ 140	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 80
БУЛКА 40	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	ПРОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 250	ДРАЧЕНА 85	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 230/5	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200	КАСЮМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 180	КАША ВЯЗАЯ 200/5	ПРОРЕ ИЗ МОЛОКА ИЛИ СВЕКЛЫ 200	БУЛКА 40
КАКАО С МОЛОКОМ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 180	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА ДЖЕМОМ, ВАРЕНЬЕМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ 200	ХЛЕБ 50	БУЛКА 50	БУЛКА 40	БУЛКА 40	БУЛКА 40
СЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 70	БУЛКА 50	БУЛКА 40	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 70	ХЛЕБ 40	ПЕЧЕНЬЕ 40	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ 200	САЛОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 70		КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200
			ХЛЕБ 40						БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 70