

Перечень блюд к 10-дневному меню лето (ясли)

Наименование присуса пищи	1 день блюда, выход		2 день блюда, выход		3 день блюда, выход		4 день блюда, выход		5 день блюда, выход	
	Основное блюдо	Завтрак	Основное блюдо	Завтрак	Основное блюдо	Завтрак	Основное блюдо	Завтрак	Основное блюдо	Завтрак
Овощи, салат, хлеб, масло	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	
Масло	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5	Масло сливочное	10	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
Напиток	Кофейный напиток (без молока)	150	Чай	150	Какао с молоком	150	Чай	150	Кофейный напиток (без молока)	150
Суммарный объем 350-450		325		325		330		325		325
Второй завтрак 100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100	Сок фруктовый	100
1 блюдо	Суп картофельный	150	Борщ сибирский	150	Суп картофельный с крупой (рис)	150	Щи из свежей капусты	150	Суп с клецками	150
2 блюдо	Фрикадельки рыбные с томатным соусом	50	Виточки, рубленые из птицы	5	Голубцы, ленивые	120	Котлета рубленая из птицы	50	Котлета рубленая из птицы	39
Гарнир	Капуста тушеная	100	Пюре картофельное	100	Помидор свежий	20	Свежая тушеная	50	Пюре картофельное	50
Сочс, овощи, салат, хлеб	Соус томатный	20	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	100	Пюре картофельное	100
Напиток	Хлеб ржаной	40	Огурец свежий	10	Соус сметанный	20	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40
Суммарный объем 450-550	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150
Напиток	Кефир	180	Молоко кипяченое	180	Полдник	510	510	490	490	490
Хлеб, печенье, булочка	Булочка сдобная	50	Хлеб пшеничный	20	Печенье	28	Хлеб пшеничный	20	Печенье	28
Повидло			Повидло	10			Повидло	10		
Суммарный объем 200-250		230		210		208		210		208
Основное блюдо	Плов из курицы (бедра)	215	Запеканка из творога	150	Ужин	208	210	210	208	208
Гарнир			Пшеница натуральный	60	рыбный	110	Фрикадельки рыбные с томатным соусом	80	80	80
Сочс, овощи, салат, хлеб	Огурец свежий	20	Соус молочный сладкий	50	Икра из свежих кабачков	100	Макаронны отварные	100	100	100
Напиток	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Яйцо отварное	40	Яйцо отварное	40	40	40
Суммарный объем 400-500	Чай	150	Кофейный напиток без молока	150	Чай	150	Кофейный напиток без молока	150	Чай	150
		405		370		370		370		390

Перечень блюд к 10-дневному меню детей (исл.)

Наименование присла пиши	6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
	б.люда.	в.люда	б.люда.	в.люда	б.люда.	в.люда	б.люда.	в.люда	б.люда.	в.люда
Основное блюдо	Каша молочная с пшеном	150	Суп молочный с крутой (Гречка)	150	Каша молочная рисовая	150	Суп молочный с макаронами	150	Каша молочная манная	150
Гарнир, соус.										
Овощи, салат, хлеб, масло	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20
Напиток	Повидло	10	Масло сливочное	5	Повидло	10	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
Суммарный объем 350-450	Кофейный напиток без молока	150	Чай	150	Какао с молоком	150	Кофейный напиток (без м)	150	Чай	150
Второй завтрак 100	Сок фруктовый	330		325		330		330		225
1 блюдо	Борщ с картофелем сметана	150	Суп овощной	150	Борщ украинский сметана	150	Суп с рыбными фрикадельками	150	Суп картофельный с макаронными изделиями	150
2 блюдо	Шницель рыбный натуральный	5	Птица тушеная с овощами	150	Жаркое по домашнему	5	Биточки рубленые из птицы	50	Котлета рубленая из птицы	50
Гарнир	Капуста тушеная	100					Пюре картофельное	100	Свекла тушеная	100
Соус, овощи, салат, хлеб	Хлеб ржаной	40	Соус красный основной	20	Соус красный основной	20	Огурец свежий	10	Огурец свежий	10
Напиток	Огурец свежий	10	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	40	Хлеб ржаной	20
Суммарный объем 450-550	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150	Компот из сухофруктов	150
Основное блюдо	Кефир	180	Молоко кипяченое	180	Кефир	180	Молоко кипяченое	150	Кефир	180
Гарнир	Печенье	28	Хлеб пшеничный	20	Печенье	28	Ватрушка	50	Печенье	180
Напиток			Повидло	10						28
Суммарный объем 400-500		208		210		405		500		480
Основное блюдо	Биточки рубленые из птицы	60	Пудинг из творога с рисом	150	Фрикадельки рыбные	60	Рыба тушеная в томатном соусе	60	Омлет натуральный	208
Гарнир	Пюре картофельное	100								110
Соус, овощи, салат, хлеб	Икра из кабачков консер	50			Икра из свежих кабачков	100	Макаронны отварные	100	Капуста тушеная	100
Напиток	Ябло отварное	40	Соус молочный сладкий	50	Ябло отварное	40				100
Суммарный объем 100-500	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	20	Хлеб пшеничный	30
	Чай	150	Кофейный напиток без молока	150	Чай	150	Чай	150	Кофейный напиток (без м)	150
		420		370		370		350		400

Перечень блюд к 10-дневному меню лето (сад)

Наименование приема пищи	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день	
	блюда, выход		блюда, выход		блюда, выход		блюда, выход		блюда, выход	
Основное блюдо	Каша молочная «Греческая» жидкая		Суп молочный с макаронами		Каша молочная манная		Суп молочный с гречкой		Каша молочная пшеничная	
Гарнир, соус,	200		200		200		200		200	
Овощи, салат, хлеб, масло	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	
Напиток	30		30		30		30		30	
Суммарный объем	5		5		10		10		5	
Второй завтрак 100	Корфейный напиток (без молока)		Чай		Какао с молоком		Чай		Корфейный напиток (без молока)	
350-450	180		180		180		180		180	
Сок фруктовый	415		415		420		415		415	
100	100		100		100		100		100	
1 блюдо	Суп картофельный		Борщ сибирский		Суп картофельный с крупой		Щи из свежей капусты		Суп с клецками	
2 блюдо	200		200		200		200		200	
Гарнир	Фрикадельки рыбные с томатным соусом		Сметана		(рис)		Котлета рубленая из птицы		Суп с клецками	
80	80		6		190		80		200	
Соус, овощи, салат, хлеб	Калюста тушеная		Пюре картофельное		Помидор свежий		Секла тушеная		Пюре картофельное	
120	120		120		20		120		80	
Напиток	30		Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		Хлеб ржаной		Пюре картофельное	
50	50		50		40		50		120	
Суммарный объем	20		Соус сметанный		Горошек консервированный		30		Хлеб ржаной	
450-550	180		180		180		180		30	
Напиток	Компот из сухофруктов		Компот из сухофруктов		Компот из сухофруктов		Компот из сухофруктов		Компот из сухофруктов	
660	660		660		660		660		180	
Напиток	Кефир		Молоко кипяченое		Кефир		Молоко кипяченое		Кефир	
200	200		200		200		200		200	
Хлеб, печенье, булочка	Булочка слоеная		Хлеб пшеничный		Печенье		Хлеб пшеничный		Кефир	
50	50		20		45		20		200	
Суммарный объем	Повидло		10		Повидло		10		Печенье	
200-250	250		230		245		230		45	
Основное блюдо	Плов из курятины (бездроз)		Ужин		Повидло		10		245	
250	250		230		245		230		245	
Гарнир	Запеканка из творога		Пшеница натуральный		рыбный		Омлет натуральный		Фрикадельки рыбные с томатным соусом	
220	220		80		110		80		80	
Соус, овощи, салат, хлеб	Огурец свежий		Яйцо отварное		Горошек консервированный		Макаронны отварные		Яйцо отварное	
30	30		40		30		40		100	
Напиток	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный	
30	30		30		30		30		40	
Суммарный объем	180		180		180		180		180	
400-500	490		480		450		400		180	

Перечень блюд к 10-дневному меню лето (сад)

Наименование приема пищи	6 день		7 день		8 день		9 день		10 день	
	Блюда, выход		Блюда, выход		Блюда, выход		Блюда, выход		Блюда, выход	
Основное блюдо	Каша молочная с пшеном	200	Суп молочный с крупой (Гречка)	200	Каша молочная рисовая	200	Суп молочный с макаронами	200	Каша молочная манная	200
Гарнир, соус,										
Овощи, салат, хлеб, масло	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
Напиток	Повидло	10	Масло сливочное	5	Повидло	10	Масло сливочное	5	Масло сливочное	5
Суммарный объем 350-450	Кофейный напиток без молока	180	Чай	180	Какао с молоком	180	Кофейный напиток (без м)	180	Чай	180
Второй завтрак 100	Сок фруктовый	100		415		420		415		415
1 блюдо	Борщ с картофелем сметана	200	Суп овощной	200	Борщ украинский сметана	200	Суп с рыбными фрикадельками	200	Суп картофельный с макаронными изделиями	200
2 блюдо	Пшеница, рыбный натуральный	6	Птица, тушеная с овощами	200	Жаркое по домашнему	150	Биточки рубленные из птицы	80	Котлета рубленная из птицы	80
Гарнир	Капуста тушеная	120								
Соус, овощи, салат, хлеб	Хлеб ржаной	50	Соус краевый основной	30	Соус краевый основной	30	Огурец свежий	120	Сметана тушеная	100
Напиток	Огурец свежий	30	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	50	Хлеб ржаной	30	Огурец свежий	30
Суммарный объем 450-550	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180	Компот из сухофруктов	180
Основное блюдо	Кефир	200	Молоко кипяченое	200	Кефир	200	Молоко кипяченое	200	Кефир	200
Гарнир	Печенье	45	Хлеб пшеничный	20	Печенье	45	Ватрушка с повидлом	50	Печенье	45
Напиток			Повидло	10						
Суммарный объем 250-350		215		230		245		250		245
Основное блюдо	Куры отварные	80	Пудинг из творога с рисом	220	Фрикадельки рыбные	80	Рыба тушеная в томатном соусе	75	Омлет натуральный	110
Гарнир										
Соус, овощи, салат, хлеб	Яйцо отварное	40	Соус молочный сладкий	50	Яйцо отварное	40	Макароны отварные	100	Капуста тушеная	120
Напиток	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30	Хлеб пшеничный	30
Суммарный объем 00-500	Чай	180	Кофейный напиток без молока	180	Чай	180	Огурец свежий	20	Огурец свежий	30
Основное блюдо		430		480		450		405		470