

Утверждаю:  
Заведующий *Н.П. Сорокикова*



202 г.

Меню на «    » 202 г. (День     )

Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Каша молочная пшеница	130	148,7	150	196,2
Каша с молоком	180	72,96	200	100,4
Биттон/мисю сив./повидло	30/3/7	68,6/19,8/17,5	35/5/10	90,2/33,0/25
10 <sup>00</sup>				
Сок	150	85	180	110,3
<b>Обед</b>				
Омлет в нарезке	30	3,9	50	6,5
Ухи из свек. капусты со смет.	150	69,15	200	92,2
Фрикадельки из говядины.	60	114,8	80	153,1
Картофельное пюре.	120	111,5	150	139,4
Хлеб ржесный	40	68,24	50	85,3
Компот из свеж. яблок	150	73,2	200	97,6
<b>Полдник</b>				
Булочка сдобная	60	174	60	174
Кефир	150	46,5	200	76
<b>Ужин</b>				
Омлет натуральный	130	195,13	180	270,24
Чай с лимонном и сахаром.	180	24,48	200	27,9
Хлеб пшеничный	30	70,3	45	105,44
Мандарин.	100	38	100	38
		1401,8		1820,8

Утверждаю:  
Заведующий *Н.П. Сорокикова*



202 г.

Меню на «    » 202 г. (День 12)

Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Суп молочный с макаронами	150	90,66	180	110,79
Сыр в нарезке / Биттон.	10/35	35,8/81,7	15/40	53,7/100,6
Чай с сахаром.	180	23,52	200	26,8
10 <sup>00</sup>				
Сок	150	85	180	110,3
<b>Обед</b>				
Салат из свеклы отварной	30	22,9	50	38,16
Рисовый суп Ленинградский	150	94,13	200	125,5
Плов с курицей	120	188,8	150	236
Хлеб ржаной	40	68,24	50	85,3
Напиток из плодов шиповника	150	49,1	200	65,3
<b>Полдник</b>				
Ватрушка творожная	60	173,14	60	173,14
Йогурт	150	63	200	98
<b>Ужин</b>				
Резь из овощей	120	116,7	180	160,07
Кофейный напиток с мол.	180	70,68	200	86
Хлеб пшеничный	30	70,3	45	105,44
Бешен.	100	96	100	96
		1329,7		1671,1



Утверждаю:  
Заведующий *Сорокикова* Н.П. Сорокикова

202\_ г.

Меню на « \_\_\_\_\_ »

202\_ г. (День 13)



Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Каша "Дружба"	130	99,88	150	116,8
Чай с молоком и сахаром	180	45,24	200	50,9
Батон масло сливочное	35/5	81,7/33,05	40/10	100,6/66,1
<b>10<sup>00</sup></b>				
Бючачик	150	7,53	180	9,04
<b>Обед</b>				
Салат из капусты с морковк.	30	40,8	50	68
Суп крестьянский с капустой	150	87,65	200	116,86
Минцель из говядины.	60	177	75	221,3
Соус молочный	20	23,84	20	23,84
Макарони отварные.	120	157,4	150	196,8
Хлеб ржес./Нашиток мш.	40/150	68,24/54	50/200	85,3/72
<b>Полдник</b>				
Печенье	20	83,4	50	208,5
Снежок	180	127,2	200	152
<b>Ужин</b>				
Картофельный пудинг	120	168	180	179,48
Каша с молоком	180	72,96	200	100,4
Хлеб пшеничный	30	70,3	45	105,44
Яблоко	100	47	100	47
		1445,7		1920,4

Утверждаю:  
Заведующий *Сорокикова* Н.П. Сорокикова

202\_ г.

Меню на « \_\_\_\_\_ »

202\_ г. (День 13)



Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Каша молочная гречневая	130	111,65	150	130,6
Кофейный напиток с молоком.	180	70,68	200	86
Батон/масло сливочн./повидло	30/3/7	68,6/10,83/17,5	35/5/10	90,2/33,05/25
<b>10<sup>00</sup></b>				
Сок	150	85	180	110,3
<b>Обед</b>				
Горошек зеленый	30	11,1	50	18,5
Борщ с капустой со смет.	150	82,76	200	110,34
Котлеты рыбные.	60	98,2	70	114,53
Рис отварной	120	162,8	150	203,5
Хлеб ржесный	40	68,24	50	85,3
Компот из яблок	150	56,9	200	75,8
<b>Полдник</b>				
Коржик молочный	50	162,37	50	162,37
Резенка.	150	66	200	102
<b>Ужин</b>				
Запеканка из творога.	140	293,92	180	385,04
Чай с сахаром	180	23,52	200	26,8
Хлеб пшеничный	30	70,3	45	105,44
Яблоко.	100	47	100	47
		1516,4		1911,8



Утверждаю:  
Заведующий *Н.П. Сорокикова*



202 г.

Меню на «    »

202 г. (День 15)

Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Каша молочная кукурузная	130	177,01	150	205,8
Чай с лимоном и сахаром	180	24,48	200	27,9
Батон /масло сливочное	35/5	81,7/33,05	40/10	100,6/66,1
<b>10<sup>00</sup></b>				
Сок	150	85	180	110,3
<b>Обед</b>				
Винегрет	30	33,5	50	41,87
Суп картоф. с клецками	150	70,14	200	107,9
Маринов. по домашнему	120	190,7	150	238,4
Хлеб ржесной	40	68,24	50	85,3
Компот из фруктов	150	50,2	200	66,9
<b>Полдник</b>				
Булочка банановая	60	177	60	177
Снежок	150	103,5	200	152
<b>Ужин</b>				
Макарони отварн. с сыром	150	277,7	180	249,24
Чай с молоком и сахар	180	45,24	200	50,9
Хлеб пшеничный	30	70,3	45	105,44
Апельсин.	100	43	100	43
		1470,8		1828,7

Утверждаю:  
Заведующий *Н.П. Сорокикова*



202 г.

Меню на «    »

202 г. (День 16)

Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Каша овсяная	130	150,23	150	186
Сыр в нарезке батон-какао с шоколом.	10/35	35,8/81,7	15/40	53,7/100,6
<b>10<sup>00</sup></b>				
Сок	150	85	180	110,3
<b>Обед</b>				
Омлет в нарезке	30	3,9	50	6,5
Суп с макаронками	150	89,7	200	119,6
Картофельное пюре.	120	111,5	150	139,4
Печень говяжья	50	118,25	70	181,15
Хлеб ржесной	40	68,24	50	85,3
Компот из сухофруктов	150	60,8	200	81
<b>Полдник</b>				
Шоколад молочный	25	138,5	40	205,4
Компот из ягод свирор	180	31,92	200	35,4
<b>Ужин</b>				
Запеканка капустная	110	142	180	219,6
Кофейный напиток с мол.	180	70,68	200	86
Хлеб пшеничный	30	70,3	45	105,44
Батон.	100	96	100	96
		1427,5		1911,8



Утверждаю:  
Заведующий *В.С. Сороки* Н.П. Сорокикова



202 г.  
Меню на «    » 202 г. (День 19)

Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Каша пшеница	130	148.7	150	196.2
Кофейный напиток	180	70.68	200	86
Батон / масло сливочное	35/5	81.7/33.05	40/10	100.6/66.1
10 <sup>00</sup>				
Сок	150	85	180	110.3
<b>Обед</b>				
Горошек зеленый	30	11.1	50	18.5
Свекольник	150	66.21	200	88.27
Бефстроганов из говядины	60	125.6	70	146.56
Макаронки отварные	120	157.4	150	196.8
Хлеб ржаной	40	68.24	50	85.3
Напиток из шиповника	150	49.1	200	65.3
<b>Полдник</b>				
Маршмэллоу	30	96.3	50	160.5
Ряженка	170	76.8	200	102
<b>Ужин</b>				
Каша пшеница тушеная	120	100.8	180	136.2
Чай с сахаром	180	23.52	200	26.8
Хлеб пшеничный	30	70.3	45	105.44
Мандарины	100	38	100	38
		1302.5		1728.9

Утверждаю:  
Заведующий *В.С. Сороки* Н.П. Сорокикова



202 г.  
Меню на «    » 202 г. (День 20)

Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Каша "Дружба"	130	99.88	150	116.8
Чай с лимоном и сахаром	180	24.48	200	27.9
Батон / масло сливочное	35/5	81.7/33.05	40/10	100.6/66.1
10 <sup>00</sup>				
Сок	150	85	180	110.3
<b>Обед</b>				
Винегрет	30	33.5	50	41.87
Суп картоф. с капустой	150	70.14	200	107.9
Рыба тушеная в томате	60	88.28	70	103
Каша гречневая	120	187	150	233.7
Хлеб ржаной	40	68.24	50	85.3
Компот из яблок	150	56.9	200	75.8
<b>Полдник</b>				
Ватрушки творожные	60	173.14	60	173.14
Кефир	150	46.5	200	76
<b>Ужин</b>				
Картофельный пудинг	120	168	180	179.48
Компот из смородины	180	31.92	200	35.4
Хлеб пшеничный	30	70.3	45	105.44
Банан	100	96	100	96
		1414		1734.7



Утверждаю:  
Заведующий *Н.П.Сорокикова*

202\_ г.

Меню на « \_\_\_\_\_ »

202\_ г. (День *17*)

Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Суп молочный с сахаром.	150	90,66	180	110,79
Май с сахаром.	180	23,52	200	26,8
Биточ. / мажон сив. / повидло	30/3/7	68,6/19,8/17,5	35/5/10	90,2/33,05/25
<b>10<sup>00</sup></b>				
Сок	150	85	180	110,3
<b>Обед</b>				
Салат из капусты.	30	42,9	50	71,5
Суп с борщом	150	99,84	200	133,11
Котлеты из говядины.	60	177	75	221,3
Каша гречневая	120	187	150	233,7
Хлеб ржачий	40	68,24	50	85,3
Компот из герношуба.	150	61	200	81,3
<b>Полдник</b>				
Блинчики	60	124,36	60	124,36
Йогурт	150	63	200	98
<b>Ужин</b>				
Раци из овощей	120	116,7	180	160,07
Чай с лимоном и сахар.	180	24,48	200	27,9
Хлеб пшеничный	30	70,3	45	105,44
Яблоко	100	47	100	47
		1386,9		1785,1

Утверждаю:  
Заведующий *Н.П.Сорокикова*

202\_ г.

Меню на « \_\_\_\_\_ »

202\_ г. (День *18*)

Завтрак	Ранний возраст		Дошкольный возраст	
	Гр.	Кал.	Гр.	Кал.
Каша рисовая молочная	150	109,94	150	128,4
Чай с молоком и сахар.	180	45,24	200	50,9
Сыр в нарезке	10	35,8	15	53,7
Биточ.	35	81,7	40	100,6
<b>10<sup>00</sup></b>				
Биокефир	150	7,53	180	9,04
<b>Обед</b>				
Салат из моркови.	30	15,69	50	26,15
Суп с рыби. консервами	150	86,73	200	115,63
Биточки курт. с говядин.	120	265,2	150	306,5
Хлеб ржачий	40	68,24	50	85,3
Компот из свеж. яблок.	150	73,2	200	97,6
<b>Полдник</b>				
Булочки сдобная	60	174	60	174
Сметан.	150	103,5	200	152
<b>Ужин</b>				
Омлет натуральный	130	195,13	180	270,24
Каша с лимоном.	180	72,96	200	100,4
Хлеб пшеничный	30	70,3	45	105,44
Груша.	100	47	100	47
		1452,2		1822,9