

Утверждаю
Руководитель
учреждения



А.А.Каненя
(расшифровка
подписи)

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ

1 неделя			2 неделя		
ПОНЕДЕЛЬНИК			ПОНЕДЕЛЬНИК		
	до 3-х лет	с 3 до 7 лет		до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак					
Суп молочный с крупой (1)	150	180	Каша молочная "Дружба" (14)	150	180
Кофейный напиток (2)	150	180	Чай с сахаром (13)	150	180
Бутерброд с джемом (36)	20/6/6	25/6/6	Бутерброд с вареньем (82)	20/6/6	25/6/6
2 завтрак					
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	65/140	65/160	Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	65/140	65/160
обед					
Суп картофель с клецками (57)\ суп-лапша с птицей (46)	150	200	Суп гороховый\фасолевый с мясом (47)	150	200
Каша рассыпчатая (65)	110	140	Пюре картофельное (8)	110	140
Бефстроганов (26)\гуляш из мяса (35)	65	85	Тефтели (64)\Биточки из мяса (6)	65	85
Салат из свеклы\моркови с чесноком (49)	45	65	Салат из морской капусты (56)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200	Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65	Хлеб (ГП)	45	65
ужин					
Запеканка из творога со сгущенкой (22,53)	110/15	145/25	Пирожок с картофелем (43)	110/15	145/25
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200	Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200
ВТОРНИК					
	до 3-х лет	с 3 до 7 лет		до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак					
Каша молочная "Геркулес" (10)	150	180	Каша молочная ячневая (23)	150	180
Какао с молоком (15)	150	180	Кофейный напиток (2)	150	180

Бутерброд с маслом (16)	20/6	25/6
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	65/140	65/160
обед		
Щи с мясом со сметаной (34)	150	200
Плов с птицей (42)	180	210
Салат из кукурузы с луком (24)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65
ужин		
Макароны с сыром (72)	140	180
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200
Хлеб	20	25

СРЕДА

	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Суп молочный с макаронами (39)	150	180
Чай с сахаром (13)	150	180
Бутерброд с маслом с сыром (3)	20/6/6	25/6/6
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	65/140	65/160
обед		
Суп с фрикадельками (41)	150	200
Пюре картофельное (8)	120	140
Рыба с овощами (58)	65	85
Салат из горошка с луком (24)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65

Бутерброд с маслом с сыром (3)	20/6	25/6
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	65/140	65/160
обед		
Свекольник с мясом со сметаной (11)	150	200
Макароны отварные (30)	120	160
Гуляш из мяса (35)	65	85
Лечо (ГП)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65
ужин		
Блинчики со сгущенкой (38)	85/15	115/25
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200

СРЕДА

	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Суп молочный с крупой (1)	150	180
Какао с молоком (15)	150	180
Бутерброд с маслом с джемом (36)	20/6/6	25/6/6
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	65/140	65/160
обед		
Суп с макаронами с мясом (80)	150	200
Жаркое по-домашнему (19)\ Азу (48)	180	210
Томаты в с\с (ГП)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65

ужин		
Ватрушка с творогом (28)	85	115
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200

ЧЕТВЕРГ

завтрак	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
Каша молочная рисовая (50)	150	180
Кофейный напиток (2)	150	180
Бутерброд с маслом с вареньем (82)	20/6/6	25/6/6

2 завтрак

Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	65/140	65/160
---	--------	--------

обед

Борщ с мясом со сметаной (5)	150	200
Макароны отварные (30)	120	140
Котлеты мясные (6)	65	85
Огурцы соленые (ГП)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65

ужин

Омлет с горошком (37,60)	85	115
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200
Хлеб (ГП)	20	25
Кондитерские изделия (ГП)	20	25

ПЯТНИЦА

завтрак	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
Каша молочная манная (32)	150	180
Какао с молоком (15)	150	180

ужин		
Запеканка из творога со сгущенкой (22,53)	115/15	145/25
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200

ЧЕТВЕРГ

завтрак	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
Каша молочная кукурузная (37)	150	180
Кофейный напиток (2)	150	180
Бутерброд с маслом (16)	20/6	25/6

2 завтрак

Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	65/140	65/160
---	--------	--------

обед

Рассольник с мясом со сметаной (25)	150	200
Пюре картофельное (8)	120	150
Котлеты рыбные (29)	65	85
Огурцы соленые (ГП)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65

ужин

Каша гречневая с мясом (81)	150	180
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200
Хлеб (ГП)	20	25

ПЯТНИЦА

завтрак	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
Каша молочная пшеничная (45)	150	180
Чай с сахаром (13)	150	180

Бутерброд с маслом (16) 2 завтрак	20/6	25/6
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21) обед	65/140	65/160
Суп крестьянский с мясом со сметаной (52)	150	200
Рагу овощное с мясом (61)	180	210
Салат из свежих овощей (18)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65
ужин		
Расстегай (40)	85	115
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200
Молоко кипяченое (74)	150	200
Сок (ГП)	150	200
Сельдь с\с (33)	65	85
Чай с лимоном (31)	150	200
Кисель (20)	150	200
Компот из свежих фруктов (54)	150	200
Кукуруза с яйцом и луком (90)	45	65
Салат картофельный с огурцами солеными (12)	45	65
Колбасные изделия отварные (30)	65	85
Каша молочная пшеничная (68)	150	180
Омлет натуральный с маслом (37)	85	115

Бутерброд с маслом с сыром (3) 2 завтрак	20/6/6	25/6/6
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21) обед	65/140	65/160
Суп "Харчо" с мясом со сметаной (83)	150	200
Капуста тушеная (73)\ Картофель отварной (8)	120	150
Тефтели (64)\ Котлеты из мяса (6)	65	85
Салат из свежих овощей (79)	45	65
Компот из сухофруктов (9)	150	200
Хлеб (ГП)	45	65
ужин		
Ватрушка с творогом (28)	85	115
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	150	200

Утверждаю
Руководитель
учреждения



(подпись)

А.А.Каненя
(расшифровка
подписи)

ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ ЦЕННОСТЬ (ККАЛ)

1 неделя			2 неделя		
ПОНЕДЕЛЬНИК			ПОНЕДЕЛЬНИК		
	до 3-х лет	с 3 до 7 лет		до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак			завтрак		
Суп молочный с крупой (1)	124,00	148,80	Каша молочная "Дружба" (14)	172,00	206,40
Кофейный напиток (2)	100,00	120,00	Чай с сахаром (13)	35,83	43,00
Бутерброд с джемом (36)	64,00	80,00	Бутерброд с вареньем (82)	64,00	80,00
2 завтрак			2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40	Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед			обед		
Суп картофель с клецками (57)\ суп-лапша с птицей (46)	87,75	117,00	Суп гороховый\фасолевый с мясом (47)	100,00	133,33
Каша рассыпчатая (65)	198,00	252,00	Пюре картофельное (8)	113,61	132,54
Бефстроганов (26)\гуляш из мяса (35)	106,44	139,19	Тефтели (64)\Биточки из мяса (6)	139,75	182,75
Салат из свеклы\моркови с чесноком (49)	45,75	66,08	Салат из морской капусты (56)	54,90	79,30
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67	Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67
Хлеб (ГП)	106,20	153,40	Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин			ужин		
Запеканка из творога со сгущенкой (22,53)	136,16/48,75	179,49/81,25	Пирожок с картофелем (43)	159,38	215,63
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком	88,50/46,67	118,00/62,22	Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком	88,50/46,67	118,00/62,22

(59)

ВТОРНИК

	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Каша молочная "Геркулес" (10)	140,25	168,30
Какао с молоком (15)	100,83	121,00
Бутерброд с маслом (16)	72,80	95,00
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед		
Щи с мясом со сметаной (34)	66,37	88,49
Плов с птицей (42)	273,75	319,37
Салат из кукурузы с луком (24)	50,25	72,58
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67
Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин		
Макароны с сыром (72)	236,32	303,84
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	88,50/46,67	118,00/62,22
Хлеб	47,20	59,00

СРЕДА

	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Суп молочный с макаронами (39)	118,50	142,20
Чай с сахаром (13)	35,83	43,00
Бутерброд с маслом с сыром (3)	99,20	124,00

(59)

ВТОРНИК

	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Каша молочная ячневая (23)	172,00	206,40
Кофейный напиток (2)	100,00	120,00
Бутерброд с маслом с сыром (3)	99,20	124,00
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед		
Свекольник с мясом со сметаной (11)	85,00	113,33
Макароны отварные (30)	143,29	167,18
Гуляш из мяса (35)	106,44	139,19
Лечо (ГП)	13,50	19,50
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67
Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин		
Блинчики со сгущенкой (38)	275,09	374,27
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	88,50/46,67	118,00/62,22

СРЕДА

	до 3-х лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Суп молочный с крупой (1)	124,00	148,80
Какао с молоком (15)	100,83	121,00
Бутерброд с маслом с джемом (36)	103,72	119,72

2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед		
Суп с фрикадельками (41)	100,35	133,80
Пюре картофельное (8)	113,61	132,54
Рыба с овощами (58)	65,82	86,07
Салат из горошка с луком (24)	50,25	72,58
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67
Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин		
Ватрушка с творогом (28)	279,06	377,55
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	88,50/46,67	118,00/62,22

ЧЕТВЕРГ

	до 3-х лет	
	лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Каша молочная рисовая (50)	155,25	186,30
Кофейный напиток (2)	100,00	120,00
Бутерброд с маслом с вареньем (82)	103,72	119,72
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед		
Борщ с мясом со сметаной (5)	65,77	87,69
Макаронные отварные (30)	143,29	167,18
Котлеты мясные (6)	139,75	182,75
Огурцы соленые (ГП)	5,40	7,80
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67

2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед		
Суп с макаронами с мясом (80)	87,9	117,2
Жаркое по-домашнему (19)\ Азу (48)	182,21	212,57
Томаты в с\с (ГП)	10,35	14,95
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67
Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин		
Запеканка из творога со сгущенкой (22,53)	136,16/48,75	179,49/81,25
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	88,50/46,67	118,00/62,22

ЧЕТВЕРГ

	до 3-х лет	
	лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Каша молочная кукурузная (37)	184,5	221,4
Кофейный напиток (2)	100,00	120,00
Бутерброд с маслом (16)	72,80	95,00
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед		
Рассольник с мясом со сметаной (25)	82,58	110,11
Пюре картофельное (8)	113,61	132,54
Котлеты рыбные (29)	92,63	121,13
Огурцы соленые (ГП)	5,40	7,80
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67

Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин		
Омлет с горошком (37,60)	123,65	169,02
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	88,50/46,67	118,00/62,22
Хлеб (ГП)	47,20	59,00
Кондитерские изделия (ГП)	50,90	63,63

ПЯТНИЦА

	до 3-х лет	
	лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Каша молочная манная (32)	144,00	172,80
Какао с молоком (15)	100,83	121,00
Бутерброд с маслом (16)	72,80	95,00
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед		
Суп крестьянский с мясом со сметаной (52)	75,00	100,00
Рагу овощное с мясом (61)	217,62	253,89
Салат из свежих овощей (18)	34,65	50,05
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67
Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин		
Расстегай (40)	159,80	216,20
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	88,50/46,67	118,00/62,22

Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин.		
Каша гречневая с мясом (81)	262,50	315,00
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	88,50/46,67	118,00/62,22
Хлеб (ГП)	47,20	59,00

ПЯТНИЦА

	до 3-х лет	
	лет	с 3 до 7 лет
завтрак		
Каша молочная пшеничная (45)	114,00	226,80
Чай с сахаром (13)	35,83	43,00
Бутерброд с маслом с сыром (3)	99,20	124,00
2 завтрак		
Фрукты (76)\ Кисломолочный продукт (21)	61,32/82,60	61,32/94,40
обед		
Суп "Харчо" с мясом со сметаной (83)	107,35	139,75
Капуста тушеная (73)\ Картофель отварной (8)	89,60/109,20	112,00/136,50
Тефтели (64)\ Котлеты из мяса (6)	139,75	182,75
Салат из свежих овощей (79)	34,65	50,05
Компот из сухофруктов (9)	74,00	98,67
Хлеб (ГП)	106,20	153,40
ужин		
Ватрушка с творогом (28)	279,06	377,55
Молоко кипяченое (74)\ Чай с молоком (59)	88,50/46,67	118,00/62,22

Молоко кипяченое (74) 150/200	88,50	118,00
Сок (ГП) 150/200	67,50	90,00
Сельдь с\с (33) 65/85	91,00	119,00
Чай с лимоном (31) 150/200	39,17	52,22
Кисель (20) 150/200	82,50	110,00
Компот из свежих фруктов (54) 150/200	47,00	62,67
Кукуруза с яйцом и луком (90) 45/65	57,00	82,33
Салат картофельный с огурцами солеными (12) 45/65	66,00	95,33
Колбасные изделия отварные (30) 65/85	130,27	170,36
Каша молочная пшеничная (68) 150/180	172,00	206,40
Омлет натуральный с маслом (37) 85/115	128,63	174,03
Икра овощная (ГП) 45/65	35,10	50,70
Суп-уха с рыбой свежей (67) 150/200	84,60	112,80
Суп-уха с сайрой (67) 150/200	217,05	289,40
Капуста тушеная с мясом (53) 180/210	114,48	133,56
Булочка с джемом (62) 85/115	153,72	207,97