

Тренинг - 4513 от 09.03.2012

Заведующий  Е. В. Холкина
"Утверждаю"

Примерное двадцатидневное меню детского сада №14 весна для категории: Детсад (Дети от 3 до 1 недели

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Вых.
ЗАВТРАК Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК Каша ячневая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК Каша гречневая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК Омлет запеченный	ЗАВТРАК Запеканка из творога	140
40/7	40/7/1	170	170	30	30
Хлеб с маслом	Хлеб с маслом и сыром	Хлеб с маслом	Хлеб с сыром	Соус молочный сладкий	40/7
180	180	180	180	Хлеб с маслом	180
II ЗАВТРАК Кофейный напиток с молоком	II ЗАВТРАК Чай с лимоном	II ЗАВТРАК Чай с молоком	II ЗАВТРАК Кофейный напиток с молоком	II ЗАВТРАК Чай с сахаром	180
100	100	90	100	Фрукты	100
Сок	Сок	Сок	Валетек	Сок	100
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	
Салат из отварной свеклы с маслом растительным	Суп крестьянский с крупой и сметаной	Икра кабачковая	Огурец маринованный	Яйцо отварное	1
180	70	180	180	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180
70	70	70	70	Котлеты из мяса кур	70
Гуляш из печени	Рулет мясной фаршированный омлетом	Горбуша, припущенная с молоком и овощами	Хлеб пшеничный	Гарнир сборный капуста	80/70
120	120	130	130	тушен+картофельное пюре	
Хлеб пшеничный	Свекла, тушеная со сметаной	Картофельное пюре	витаминизированный	Хлеб пшеничный	12
12	12	12	12	витаминизированный	
Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	38
38	38	38	38	Компот из сухофруктов	180
180	180	180	180	Компот из сухофруктов	180
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	
Пирожок печеный из дрожжевого теста с рыбой	Булочка "Майская"	Булочка домашняя	Сырники из творога со спущенным молоком	Печенье	50
180	200	180	180	Молоко кипяченое	200
Чай с сахаром	Ряженка	Кисель	Какао с молоком		180

Примерное двадцатидневное меню детского сада №14 весна для категории: Детсад (Дети от 3 до 2 недели

Заведующий *Лисовская* "Утверждаю" *Е. В. Холкина*



Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Вых.
ЗАВТРАК Каша ячневая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК Суп молочный с макаронными изделиями	ЗАВТРАК Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК Каша молочная ассорти (рис, геркулес) с маслом сливочным	ЗАВТРАК Запеканка из творога с рисом	140
40/12	40/12	40/7	40/7	40/7	60
Хлеб с сыром	Хлеб с сыром	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом	Хлеб с маслом	40/7
Кофейный напиток с молоком	Чай с лимоном	Кофейный напиток с молоком	Чай с молоком	Кофейный напиток с молоком	180
II ЗАВТРАК	II ЗАВТРАК	II ЗАВТРАК	II ЗАВТРАК	II ЗАВТРАК	180
Сок	Фрукты	Фрукты	Фрукты	Фрукты	90
100	Валетек	Сок	Сок	Валетек	150
ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	ОБЕД	90
Кукуруза консервированная	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	Икра кабачковая	Яйцо отварное	Огурец маринованный	50
30	180	50	180	Борщ со сметаной	180
Суп картофельный с мясными фрикадельками	Суп "Волна"	Суп-пюре гороховый	Суп-лапша с мурой	Зразы из говядины	70
70	180	200	200	Картофельное пюре	130
Биточки из мяса говядины паровые	Тефтели из мяса говядины	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	12
130	30	38	38	Хлеб пшеничный	12
Морковь тушенная со сметаной	Соус томатно-сметанный с овощами	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	38
12	130	180	180	Хлеб ржаной	38
Хлеб пшеничный витаминизированный	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	Компот из сухофруктов	Отвар из шиповника	Компот из кураги	180
38	12				
Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный				
180	38				
Отвар из шиповника	Хлеб ржаной				
	Компот из кураги				
ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	ПОЛДНИК	
Сдоба "Сластена"	Батон с маслом	Вафли	Ватрушка "Лакомка"	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	70
70	35/5	55	180	Чай с сахаром	180
Кисель	Яйцо отварное	Чай с молоком без сахара	Какао с молоком		
180	1	180			
	Чай с молоком				
	180				

"Утверждаю"

Е. В. Холкина

Заведующий

3 неделя

Примерное двадцатидневное меню детского сада №14 весна для категории: Детсад (Дети от 3 до 14 лет)

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Вых.
ЗАВТРАК Каша гречневая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК Каша ячневая	ЗАВТРАК Омлет запеченный	ЗАВТРАК Каша рисовая молочная с маслом сливочным	ЗАВТРАК Зеленка из творога	140
Хлеб с маслом	Хлеб с сыром	Горошек зеленый	Хлеб с сыром	Соус молочный/Сладкий	60
Чай с лимоном	Чай с сахаром	Хлеб с маслом	Чай с сахаром	Хлеб с маслом	40/7
	Сок	Чай с молоком	Чай с сахаром	Кофейный напиток с молоком	180
	Фрукты				
II ЗАВТРАК Сок	II ЗАВТРАК Фрукты	II ЗАВТРАК Фрукты	II ЗАВТРАК Фрукты	II ЗАВТРАК Фрукты	100
		Валетек	Сок	Сок	100
ОБЕД Салат из отварной свеклы с маслом растительным	ОБЕД Икра кабачковая	ОБЕД Огулец маринованный	ОБЕД Кукуруза консервированная	ОБЕД Салат из отварной свеклы с маслом растительным	50
Суп картофельный с рыбной консервой	Рассольник со сметаной	Свекольник со сметаной	Суп картофельный с макаронными изделиями	Суп из овощей со сметаной	180
Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые)	Гуляш из мяса говядины	Тефтели рыбные в соусе	Котлеты из мяса говядины паровые	Суфле из печени	70
Хлеб пшеничный витаминизированный	Макаронные изделия отварные	Картофельное пюре	Морковь тушенная со сметаной	Соус сметанный с коришонами	50
Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Хлеб пшеничный	Картофельное пюре	130
Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб ржаной	Хлеб пшеничный витаминизированный	12
	Отвар из шиповника	Компот из кураги	Компот из сухофруктов	Хлеб ржаной	38
				Отвар из шиповника	180
ПОЛДНИК Булочка с конфетой	ПОЛДНИК Батон с маслом	ПОЛДНИК Крепдель с сахаром	ПОЛДНИК Ватрушка с творогом	ПОЛДНИК Пряник	38
Молоко кипяченое	Яйцо отварное	Кисель	Какао с молоком	Молоко кипяченое	180
	Кофейный напиток с молоком				55
					200



Примерное двадцатидневное меню детского сада №14 весна для категории: Детсад (Дети от 3 до

4 недели

"Утверждаю"

Заведующий Е. В. Холкина

Понедельник	Вых.	Вторник	Вых.	Среда	Вых.	Четверг	Вых.	Вых.
ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК		ЗАВТРАК
Каша манная молочная с маслом сливочным	170	Омлет запеченый	180	Суп молочный с макаронными изделиями	170	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	170	Запеканка из творога
Хлеб с сыром	40/12	Хлеб с маслом	30	Хлеб с сыром	40/12	Хлеб с маслом	40/7	Соус молочный сладкий
Чай с сахаром	180	Чай с лимоном	180	Чай с молоком	180	Кофейный напиток с молоком	180	Хлеб с маслом
II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК		II ЗАВТРАК
Сок	100	Фрукты	90	Фрукты	100	Фрукты	100	Фрукты
		Сок	100	Сок	100	Сок	100	Валетек
ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД		ОБЕД
Яйцо отварное	1	Суп "Волна"	180	Огулец маринованный	50	Икра кабачковая	50	Сельдь с маслом
Суп-пюре из картофеля	180	Язык говядины отварной	70	Борщ со сметаной	180	Суп картофельный с рыбной консервой	180	Щи из свежей капусты со сметаной (с курой)
Биточки из мяса говядины паровые	70	Рагу из овощей	140	Фрикадельки из мяса говядины тушеные в соусе	70	Печень по-строгановски	70	Запеканка картофельная,
Калуста тушеная	130	Хлеб пшеничный витаминизированный	12	Рис припущенный с овощами	120	Макаронные изделия отварные	120	фаршированная отварным мясом г
		Хлеб ржаной	38	Хлеб пшеничный витаминизированный	12	Хлеб пшеничный витаминизированный	12	Соус томатно-сметанный с овощами
		Компот из сухофруктов	180	Хлеб ржаной	38	Хлеб ржаной	38	Хлеб пшеничный витаминизированный
		Компот из кураги	180	Отвар из шиповника	180	Компот из кураги	180	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		ПОЛДНИК		Компот из сухофруктов
Ватрушка с повидлом	70	Булочка дорожная	70	Ватрушка с картофелем	70	Плетенка с творогом	70	ПОЛДНИК
Кофейный напиток с молоком	180	Снежок	200	Молоко кипяченое	180	Какао с молоком	180	Печенье
								Молоко кипяченое
								200

