

Утверждено: 24.06.2024 г. И.И. Митрофанов

№ 2 10 дневное меню с УПЛОТНЕННЫМ ПОЛДНИКОМ (районы) 12ч пребывания

День 1 -ый	День 2-ой	День 3 -ий	День 4 -тый	День 5 -тый	ЗАВТРАК	День 6 -ой	День 7 -ой	День 8 -ой	День 9 -ый	День 10 -ый
Каша "Дружба" молочная с маслом сливочным 180/5-140/3	Каша полбяная молочная с маслом сливочным 180/3 - 140/3	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 180/5 - 140/4	Каша ячменная молочная с маслом сливочным 180/3 - 140/3	Суп молочный с геркулесовой крупой 200-180	Каша пшеница молочная с маслом сливочным 180/3-140/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным 180/5 - 140/3	Каша манная молочная с маслом сливочным 180/5-140/3	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным 180/3-САД 140/3	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180/5-140/3	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным 180/5-140/3
Кофейный напиток с молоком 180/6(сах)/180(6 сах)	Какао с молоком 180/6(сах)/180(6 сах)	Чай с молоком, сахаром 180/6(сах)/170(6 сах)	Кофейный напиток с молоком 180/6(сах)/180(6 сах)	Какао с молоком 180/6(сах)/150(5 сах)	Чай с молоком, сахаром 180/6(сах)/170(6 сах)	Кофейный напиток с молоком 180/6(сах) / 180(6 сах)	Какао с молоком 180/6(сах)/180(6 сах)	Чай с молоком, сахаром 180/6(сах)/170(6 сах)	Кофейный напиток с молоком 180/6(сах)/180(6 сах)	Кофейный напиток с молоком 180/6(сах)/180(6 сах)
Бутерброд с маслом сливочным 30/5 - 25/5	Бутерброд с сыром, маслом сливочным 30/5/5 - 25/5/5	Бутерброд с маслом сливочным 30/5 - 25/5	Бутерброд с маслом сливочным, с повидлом 30/5/10 - 25/5/10	Бутерброд с сыром, маслом сливочным 30/5/5 - 25/5/5	Бутерброд с маслом сливочным 30/5 - 25/5	Бутерброд с маслом сливочным/сир порционно 30/5/10 - 25/5/10	Бутерброд с маслом сливочным 30/5 - 25/5	Бутерброд с сыром, с маслом сливочным 30/5/5 - 25/5/5	Бутерброд с маслом сливочным 30/5 - 25/5	Бутерброд с маслом сливочным 30/5 - 25/5
2 - ой ЗАВТРАК										
СОК(НЕКТАР) разливной 180/ СОК в инд.упак 200	ЯБЛОКО 100-100	СОК(НЕКТАР) разливной 180/ СОК в инд.упак 200	АПЕЛЬСИН 100-100	СОК(НЕКТАР) разливной 180/ СОК в инд.упак 200	ЯБЛОКО 100-100	СОК(НЕКТАР) разливной 180/ СОК в инд.упак 200	БАНАН 120-120	СОК(НЕКТАР) разливной 180/ СОК в инд.упак 200	ЯБЛОКО 100-100	ЯБЛОКО 100-100
ОБЕД										
Салат из моркови с яблоками 60-40	Салат картофеля с сол. огурцами 60-40	Салат из свежей капусты 50-30	Салат из свеклы отварн с яблоками 60-40	Салат из моркови с сахаром 60-40	Салат из свежей капусты с морковью 60-40	Салат из зеленого горошка к/с 50-30	Винегрет с соевыми огурцами 60-40	Салат из квашеной капусты 50-30	Салат из кукурузы к/с 50-30	Салат из кукурузы к/с 50-30
Суп картофельный с куриными фрикадельками 180/15 - 150/10	БОРЩ со св.капустой, картоф на курином бульоне, со сметаной 180/7 - 150/7	Суп картофельный с ПШЕННОЙ крупой на курином бульоне 180-150	Суп картоф ГОРОХ на курином бульоне 200-150	Суп картофельный с вермишелью с куриными фрикадельками, со сметаной 180/15 - 150/10	Суп из овощей на курином бульоне со сметаной 180/7-150/5	Суп картофельный с клецками на курином бульоне с мясом птицы 180/10-150/10	ПШИ со св.капустой с картофелем на курином бульоне, со сметаной 180/7 - 150/5	РАССОЛЫНИК Ленинградский с куриными фрикадельками, со сметаной 180/10/7 - 150/10/6	СУП-ПАПША домашняя на к/б 180-150	СУП-ПАПША домашняя на к/б 180-150
Колеты рубленые из говядины 70-50	Плов из отварной птицы 200-150	Фрикадельки куриные в молочном соусе 50/25-40/20	Птица, тушеная в соусе с овощами 200-150	Запеканка картоф с мясом со сметанным соусом 150/30 - 130/20	Жаркое из птицы 180-150	Рагу из овощей с мясом 110/40	Тфтели куриные с рисом в сметано-томатном соусе 50/25- 40/20	Рыба запеченная с картофелем 180-150	Биточки "Домашние 70-50	Биточки "Домашние 70-50
Каша ячневая вязкая с маслом сливочным 110/2-130/3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 130/3-110/3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 130/3-110/3	Макаронные изделия отварные с маслом сливочным 130/3-110/3	Запеканка картоф с мясом со сметанным соусом 150/30 - 130/20	Жаркое из птицы 180-150	Рагу из овощей с мясом 110/40	Вермишель отварная с маслом сливочным 130/3-110/3	Рыба запеченная с картофелем 180-150	Рагу из овощей	Рагу из овощей
Напиток из СУХОФРУКТОВ 180/6(сах)/150(5 сах)	Кисель 180/6(сах)/150(5 сах)	Напиток из цитрусов 180/10(сах)/150(8 сах)	Компот из яблок 180/6(сах)/150(5 сах)	Напиток из яблок 180/6(сах) 150/5(сах)	Кисель 180/6(сах)/150(5 сах)	Напиток из СУХОФРУКТОВ 180/6(сах)/150(5 сах)	Компот из яблок 180/6(сах)/150(5 сах)	Кисель 180/6(сах)/150(5 сах)	Напиток из яблок 180/6(сах)/150(8 сах)	Напиток из яблок 180/6(сах)/150(8 сах)
Хлеб ржаной 45-35	Хлеб пшеничный 25-20	Хлеб пшеничный 25-20	Хлеб пшеничный 25-20	Хлеб ржаной 45-40	Хлеб ржаной 45-35	Хлеб ржаной 45-35	Хлеб ржаной 45-35	Хлеб ржаной 45-35	Хлеб ржаной 45-35	Хлеб ржаной 45-35
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК										
КЕФИР с сахаром 180/3 150/2	МОЛОКО кипяченое 180-150	МОЛОКО кипяченое 180-150	НАПИТОК АЦИДОФИЛЬНЫЙ 180-150	МОЛОКО кипяченое 180-150	КАТЫК 180-150	КЕФИР с сахаром 180/3 150/2	МОЛОКО кипяченое 180-150	НАПИТОК АЦИДОФИЛЬНЫЙ 180-150	МОЛОКО кипяченое 180-150	МОЛОКО кипяченое 180-150
Пудинг РЫБНЫЙ 60/20 45/15	Запеканка ТВОРОЖная с повидлом 130-20 110/20	Фрикадельки РЫБные отварные 80-60	Омлет натуральный с сыром 150-130	Суфле РЫБное 70-50	Запеканка творожная с повидлом 130/20-110/20	Биточки рубленые из РЫБЫ 70-50	Омлет натуральный 150-130	Запеканка рисовая 150-130	Макаронные изделия отварные с сыром 150-130	Макаронные изделия отварные с сыром 150-130
Пюре Картофельное 140-120	Картофель тушеный с овощами в соусе 140-120	Картофель тушеный с овощами в соусе 140-120	Рис отварной рассыпчатый с маслом слив 130/3-110/3	Рис отварной рассыпчатый с маслом слив 130/3-110/3	Рис отварной рассыпчатый с маслом слив 130/3-110/3	Каша гречневая рассып с овощами, с маслом слив 130/3-110/2	Омлет натуральный 150-130	Запеканка рисовая 150-130	Макаронные изделия отварные с сыром 150-130	Макаронные изделия отварные с сыром 150-130
Чай с сахаром 180/6(сах)/150(5 сах)	Чай с сахаром и лимоном 180/6/7/150/5/5	Чай с сахаром 160/15-160/15	Чай с сахаром 180/6(сах)/150(5 сах)	Чай с сахаром и лимоном 180/6/7/150/5/5	Напиток из шиповника 180/6(сах)/150(5 сах)	Чай с сахаром 160/15	Чай с сахаром 180/6(сах)/150(5 сах)	Чай с сахаром и лимоном 180/6/7/150/5/5	Напиток из шиповника раствор 180/6(сах)/150(5 сах)	Напиток из шиповника раствор 180/6(сах)/150(5 сах)
ВАФЛИ 20-10	БУЛОЧКА дорожная 50-35	ПЕЧЕНЬЕ 40-20	БУЛОЧКА с сахаром 50-35	КРЕКЕР 20-15	Печенье 25-20	ПЕЧЕНЬЕ 30-20	ПЕЧЕНЬЕ 30-20	Слойка сладкая 50-35	КРЕКЕР 20-15	КРЕКЕР 20-15
Хлеб пшеничный 30- 25	Хлеб пшеничный 30- 25	Хлеб пшеничный 30- 25	Хлеб пшеничный 30- 25	Хлеб пшеничный 30- 20	Хлеб пшеничный 30- 20	Хлеб пшеничный 30- 25	Хлеб пшеничный 30- 25	Хлеб пшеничный 30- 25	Хлеб пшеничный 30- 25	Хлеб пшеничный 30- 20