



МЕНЮ

7-11 ЛЕТ

14 ДНЕЙ

День 1

Обед:

Масса порции

Помидор свежий	70
Борщ волынский	250
Сметана	10
Гуляш	90
Каша гречневая рассыпчатая	150
Компот из апельсинов	200
Хлеб пшеничный	100
ИТОГО:	870

День 1

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Круассан со сгущёнкой

120

ИТОГО:

320

День 1

Ужин 1:

Масса порции

Салат из свежих огурцов **100**

**Запеканка картофельная с
мясо** **250**

Соус сметанный **30**

Чай с сахаром и лимоном **200**

Хлеб ржаной **80**

ИТОГО: **660**

Ужин 2:

Йогурт питьевой **200**

ИТОГО ВСЕГО: **2050**

День 2

Завтрак:

Масса порции

Каша «Ассорти»	200
Яйцо вареное	1 шт.
Какао с молоком	200
Масло (порциями)	15
Батон	50
Фрукты (банан)	220
Печенье	40
ИТОГО:	765

День 2

Обед:

Масса порции

Огурец свежий	70
Суп картофельный с мясными фрикадельками	200
Говядина, тушенная с капустой	250
Компот из яблок и изюма	200
Хлеб пшеничный	100
ИТОГО:	820

День 2

Полдник:

	Масса порции
Сок фруктовый	200
Круассан с конфитюром	120
ИТОГО:	320

День 2

Ужин 1:

Масса порции

Салат из свежих помидор с растительным маслом	100
Шницель натуральный рубленный	90
Пюре картофельное	150
Чай с сахаром	200
Хлеб ржаной	80
ИТОГО:	620

Ужин 2:

Напиток к\м «Снежок»	200
ИТОГО ВСЕГО:	2725

День 3

Завтрак:

Масса порции

Каша манная жидкая	200
Запеканка из творога	90
Сгущенное молоко	20
Кофейный напиток	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (мандарин)	185
Вафли	40
ИТОГО:	795

День 3

Обед:

Масса порции

Помидор свежий	70
Суп картофельный с бобовыми	250
Шницель рыбный натуральный	110
Рис отварной	150
Подлив	30
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный	100
Конфеты шоколадные	50
ИТОГО:	960

День 3

Полдник:

	Масса порции
Сок фруктовый	200
Слойка с повидлом	120
ИТОГО:	320

День 3

Ужин 1:

Масса порции

Салат витаминный №1	100
Котлеты рубленые из птицы	110
Макаронные изделия отварные (рожки)	150
Чай с сахаром и лимоном	200
Хлеб ржаной	80
ИТОГО:	640

Ужин 2:

Йогурт питьевой	200
ИТОГО ВСЕГО:	2915

День 4

Завтрак:

Масса порции

Омлет натуральный	180
Сыр (порциями)	15
Какао с молоком	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (яблоко)	210
Пряники	40
ИТОГО:	705

День 4

Обед:

Масса порции

Огурец свежий	70
Суп крестьянский с крупой	250
АЗУ из говядины	250
Компот из чернослива с изюмом	200
Хлеб пшеничный	100
Конфеты шоколадные	50
ИТОГО:	920

День 4

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Уголок слоёный с вишней
(конфитюр)

120

ИТОГО:

320

День 4

Ужин 1:

Масса порции

**Салат из белокочанной капусты
с морковью и растительным
маслом** **100**

Птица отварная **110**

Каша гречневая рассыпчатая **150**

Подлив **30**

Чай с сахаром **200**

Хлеб ржаной **80**

ИТОГО: **640**

Ужин 2:

Напиток к\м «Снежок» **200**

ИТОГО ВСЕГО: **2785**

День 5

Завтрак:

Масса порции

Каша рисовая вязкая	200
Пудинг творожный	90
Кофейный напиток	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (груша)	220
Печенье	40
ИТОГО:	810

День 5

Обед:

Масса порции

Помидор свежий	70
Суп картофельный с макаронными изделиями	250
Фрикадельки из говядины (паровые)	90
Каша перловая рассыпчатая	150
Подлив	30
Компот из свежих плодов (яблок)	200
Хлеб пшеничный	100
Конфеты шоколадные	50
ИТОГО:	940

День 5

Полдник:

	Масса порции
Сок фруктовый	200
Оладьи	200
Сгущенное молоко	20
ИТОГО:	420

День 5

Ужин 1:

Масса порции

Салат из свежих огурцов	100
Печень по-строгановски	90
Пюре картофельное	150
Чай с сахаром и лимоном	200
Хлеб ржаной	80
ИТОГО:	620

Ужин 2:

Йогурт питьевой	200
ИТОГО ВСЕГО:	2990

День 6

Завтрак:

Масса порции

Каша «Ассорти»	200
Яйцо вареное	1 шт.
Какао с молоком	200
Масло (порциями)	20
Батон	50
Фрукты (мандарин)	185
Вафли	40
ИТОГО:	735

День 6

Обед:

Масса порции

Огурец свежий	70
Борщ с капустой и картофелем	250
Сметана	10
Жаркое по-домашнему	250
Компот из апельсинов	200
Хлеб пшеничный	100
ИТОГО:	880

День 6

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый **200**

Слойка с курагой (конфитюр) **120**

ИТОГО: **320**

День 6

Ужин 1:

Масса порции

Салат из белокочанной капусты	100
Тефтели из говядины (паровые)	90
Макаронные изделия отварные (спиральки)	150
Чай с сахаром	200
Хлеб ржаной	80
ИТОГО:	620

Ужин 2:

Напиток к\м «Снежок»	200
ИТОГО ВСЕГО:	2755

День 7

Завтрак:

Масса порции

Запеканка из творога	180
Сгущенное молоко	20
Сыр (порциями)	15
Кофейный напиток	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (яблоко)	200
Пряники	30
ИТОГО:	705

День 7

Обед:

Масса порции

Помидор свежий	70
Рассольник домашний	250
Сметана	10
Биточки по-белорусски	100
Рис отварной	150
Подлив	30
Компот из яблок и изюма	200
Хлеб пшеничный	100
Конфеты шоколадные	50
ИТОГО:	960

День 7

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Слойка с повидлом

120

ИТОГО:

320

День 7

Ужин 1:

Масса порции

Салат из свежих помидор и огурцов	100
Котлеты рубленные из птицы	110
Картофель и овощи, тушеные в соусе	150
Чай с сахаром и лимоном	200
Хлеб ржаной	70
ИТОГО:	630

Ужин 2:

Йогурт питьевой	200
ИТОГО ВСЕГО:	2815

День 8

Завтрак:

Масса порции

Каша рисовая вязкая	200
Какао с молоком	200
Масло (порциями)	15
Батон	50
Фрукты (груша)	220
Печенье	40
ИТОГО:	725

День 8

Обед:

Масса порции

Огурец свежий	70
Суп картофельный с бобовыми	250
Мясо тушеное	90
Макаронные изделия отварные (рожки)	150
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный	100
ИТОГО:	860

День 8

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Уголок слоёный с вишней
(конфитюр)

120

ИТОГО:

320

День 8

Ужин 1:

Масса порции

Салат из свежих помидор с растительным маслом	100
Голубцы ленивые	90
Пюре картофельное	150
Чай с сахаром	200
Хлеб ржаной	80
ИТОГО:	620

Ужин 2:

Напиток к\м «Снежок»	200
ИТОГО ВСЕГО:	2725

День 9

Завтрак:

Масса порции

Каша пшеничная вязкая	200
Омлет натуральный	90
Кофейный напиток	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (яблоко)	185
Вафли	40
ИТОГО:	775

День 9

Обед:

Масса порции

Помидор свежий	70
Суп картофельный с мясными фрикадельками	250
Биточки из кур	110
Пюре гороховое	150
Компот из чернослива с изюмом	200
Хлеб пшеничный	100
Зефир	60
ИТОГО:	940

День 9

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Слойка с повидлом

120

ИТОГО:

320

День 9

Ужин 1:

Масса порции

**Салат из белокочанной капусты с
морковью и растительным
маслом**

100

Плов

250

Чай с сахаром и лимоном

200

Хлеб ржаной

80

ИТОГО:

630

Ужин 2:

Йогурт питьевой

200

ИТОГО ВСЕГО:

2865

День 10

Завтрак:

Масса порции

Каша ячневая вязкая	200
Сыр (порциями)	15
Какао с молоком	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (мандарин)	185
Пряники	40
ИТОГО:	700

День 10

Обед:

Масса порции

Огурец свежий	70
Борщ с капустой и картофелем	250
Сметана	10
Гуляш	90
Макаронные изделия отварные (спиральки)	150
Компот из свежих плодов (яблок)	200
Хлеб пшеничный	100
Конфеты шоколадные	30
ИТОГО:	900

День 10

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Слойка с курагой (конфитюр)

120

ИТОГО:

320

День 10

Ужин 1:

Масса порции

Салат из свежих помидор и огурцов	100
Котлета рыбная	120
Рис отварной	150
Чай с сахаром	200
Хлеб ржаной	80
ИТОГО:	650

Ужин 2:

Напиток к\м «Снежок»	200
ИТОГО ВСЕГО:	2770

День 11

Завтрак:

Масса порции

Пудинг творожный	180
Сгущенное молоко	20
Кофейный напиток	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (груша)	220
Печенье	20
ИТОГО:	700

День 11

Обед:

Масса порции

Помидор свежий	70
Суп картофельный с рыбой	250
Котлеты рубленые из птицы	110
Каша гречневая рассыпчатая	150
Подлив	30
Компот из апельсинов	200
Хлеб пшеничный	100
Конфеты шоколадные	50
ИТОГО:	960

День 11

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Уголок слоёный с вишней
(конфитюр)

120

ИТОГО:

320

День 11

Ужин 1:

Масса порции

Салат из свежих огурцов 100

Биточки по-белорусски 90

Пюре картофельное 150

Подлив 30

Чай с сахаром и лимоном 200

Хлеб ржаной 80

ИТОГО: 620

Ужин 2:

Йогурт питьевой 200

ИТОГО ВСЕГО: 2800

День 12

Завтрак:

Масса порции

Каша рисовая вязкая	200
Омлет натуральный	80
Какао с молоком	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (банан)	200
ИТОГО:	740

День 12

Обед:

Масса порции

Огурец свежий	70
Суп картофельный с макаронными изделиями	250
Жаркое по-домашнему	250
Компот из яблок и изюма	200
Хлеб пшеничный	100
Конфеты шоколадные	25
ИТОГО:	895

День 12

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Слойка с повидлом

120

ИТОГО:

320

День 12

Ужин 1:

Масса порции

Салат из отварной свёклы с растительным маслом	100
Плов	250
Чай с сахаром	200
Хлеб ржаной	80
ИТОГО:	630

Ужин 2:

Напиток к\м «Снежок»	200
ИТОГО ВСЕГО:	2785

День 13

Завтрак:

Масса порции

Запеканка из творога	180
Сгущенное молоко	30
Кофейный напиток	200
Масло (порциями)	10
Батон	50
Фрукты (яблоко)	200
Пряники	40
ИТОГО:	710

День 13

Обед:

Масса порции

Помидор свежий	70
Борщ с капустой и картофелем	250
Сметана	15
Бифштекс рубленый	90
Макаронные изделия отварные (спиральки)	150
Подлив	30
Компот из кураги	200
Хлеб пшеничный	100
Конфеты шоколадные	50
ИТОГО:	925

День 13

Полдник:

Масса порции

Сок фруктовый

200

Оладьи

200

Сгущенное молоко

15

ИТОГО:

415

День 13

Ужин 1:

Масса порции

Салат из моркови с яблоками	100
Биточки из кур	110
Рис отварной	150
Подлив	30
Чай с сахаром и лимоном	200
Хлеб ржаной	70
ИТОГО:	660

Ужин 2:

Йогурт питьевой	200
ИТОГО ВСЕГО:	2910

День 14

Завтрак:

Масса порции

Макароны (рожки) с сыром	150/15
Птица отварная	110
Батон	50
Чай с сахаром	200
Фрукты (мандарин)	185
ИТОГО ВСЕГО:	710