

Составил меню: Шеф-Повар Т.Ю. Субботина
 Утверждаю: Заведующий ДОУ Т.Ю. Замоткина



Меню Лето 1 (безмолочн. меню)

Меню Лето 1 (безмолочн.меню)															
	Понедельник	Вес порции, гр.		Вторник	Вес порции, гр.		Среда	Вес порции, гр.		Четверг	Вес порции, гр.		Пятница	Вес порции, гр.	
		Сад	Ясли		Сад	Ясли		Сад	Ясли		Сад	Ясли		Сад	Ясли
		400-550	350-450		400-550	350-450		400-550	350-450		400-550	350-450		400-550	350-450
Завтрак	Греча рассыпчатая с овощами	120	100	Картофель отварной	120	100	Каша ячневая б/молочная	80	80	Каша пшеничная б/молочная	150	120	Каша геркулесовая б/молочная	150	120
	Масло	10	5	Батон	30	30	Повидло	10	5	Масло	10	5	Батон	30	30
	Батон	30	30	Чай	200	150	Батон	30	30	Батон	30	30	Чай	200	150
	Чай с лимоном	200	150				Чай	200	150	Чай	200	150			
				Сок	150	-									
10.00	Фрукты	100	100	Компот из кураги и изюма	-	150	Фрукты	100	100	Фрукты	100	100	Фрукты	100	100
		600-800	450-550		600-800	450-550		600-800	450-550		600-800	450-550		600-800	450-550
Обед	Суп картофельный	200	150	Борщ	200	150	Рассольник	200	150	Суп картофельный с крупой	200	150	Щи из свеж.капусты с крупой	200	150
	Макаронные изделия отварные	120	100	Капуста тушеная с мясом	150	120	Рагу из мяса кур	150	120	Рис отварной	120	100	Картофель отварной	120	100
	Соус томатный	50	30	Напиток из шиповника	200	150	Компот из яблок и изюма	200	150	Биточки из кури	80	60	Печень отварная	80	60
	Биточки рыбные	80	60	Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб пшеничный	30	30	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из чернослива с яблоками	200	150
	Компот из яблок и кураги	200	150	Хлеб ржаной	30	30	Хлеб ржаной	30	30	Хлеб пшенич/ржаной	30/30	30/30	Хлеб пшеничный	30	30
	Хлеб пшеничный	30	30									хлеб ржаной	30	30	
	Хлеб ржаной	30	30												
		250-350	200-250		250-350	200-250		250-350	200-250		250-350	200-250		250-350	200-250
Полдник	Салат из моркови с растительным маслом	100	80	Биточки картофельные	120	100	Салат из свежих помидоров и огурцов с растительным маслом	100	80	Салат из отварного картофеля с кукурузой и растительным маслом	100	80	Макаронные изделия отварные	120	100
	Булочка	70	70	Чай	200	150	Коржик молочный	70	70	Булочка	70	70	Плюшка московская	70	70
	Чай	200	150	Печенье	20	20	Чай	200	150	Чай	200	150	Чай	200	150
		400-550	350-450		400-550	350-450		400-550	350-450		400-550	350-450		400-550	350-450
Завтрак	Каша пшенная б/молочная	150	120	Каша геркулесовая б/молочная	150	120	Каша б/молочная дробжа(рис, греча)	150	120	Каша ячневая б/молочная	150	120	Рис отварной	120	100
	Повидло	10	5	Масло	10	5	Батон	30	30	Масло	10	5	Батон	30	30
	Батон	30	30	Батон	30	30	Чай	200	150	Батон	30	30	Чай	200	150
	Чай	200	150	Чай	200	150			Чай	200	150				
	Сок			Сок	150	-									
10.00	Фрукты	100	100	Компот из сухофруктов	-	150	Фрукты	100	100	Фрукты	100	100	Фрукты	100	100
		600-800	450-550		600-800	450-550		600-800	450-550		600-800	450-550		600-800	450-550
Обед	Суп новинка	200	150	Суп крестьянский с крупой	200	150	Суп лапша на курином бульоне	200	150	Борщ с морской капустой	200	150	Суп-пюре из картофеля	200	150
	Рагу из отварного мяса свинины	150	120	Рис отварной	120	100	Капуста тушеная с курой	150	120	Картофель отварной	120	100	Гренки	5	5
	Компот из свежих плодов	200	150	Рыба отварная	80	60	Компот из сухофр и шиповника	200	150	Биточки из кури	80	60	Макаронные изделия отварные	120	100
	Хлеб пшеничный	30	30	Компот из яблок и изюма	200	150	хлеб пшеничный	30	30	Компот из яблок и кураги	200	150	Гуляш из мяса кур	80	60
	Хлеб ржаной	30	30	Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб ржаной	30	30	хлеб пшеничный	30	30	Компот из яблок и чернослива	200	150
				Хлеб ржаной	30	30				Хлеб ржаной	30	30	Хлеб пшен/Хлеб ржаной	30/30	30/30
		250-350	200-250		250-350	200-250		250-350	200-250		250-350	200-250		250-350	200-250
Полдник	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	100	80	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	80	Салат студенческий	100	80	Картофель отварной	120	100	Салат из белок.капусты с яблоками	100	80
	Ватрушка с картошкой	70	70	Батон	30	30	Хлеб пшеничный	20	20	Пряники	20	20	Булочка домашняя	70	70
	Чай	200	150	Повидло	10	5	Печенье	20	20	Чай	200	150	Чай	200	150
				Чай	200	150	Чай с лимоном	200	150						