

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



Меню Лето 2

		Вес порции, гр.			Вес порции, гр.			Вес порции, гр.			Вес порции, гр.			Вес порции, гр.	
		Сад	Ясли		Сад	Ясли		Сад	Ясли		Сад	Ясли		Сад	Ясли
	Понедельник	400-550	350-450	Вторник	400-550	350-450	Среда	400-550	350-450	Четверг	400-550	350-450	Пятница	400-550	350-450
Завтрак	Каша рисовая молочная	150	120	Каша ячневая молочная	150	120	Каша геркулесовая молочная	150	120	Каша пшеничная молочная	150	120	Каша гречневая молочная	150	120
	Масло	10	5	Сыр	10	5	Повидло	10	5	Сыр	10	5	Батон	30	30
	Батон	30	30	Батон	30	30	Батон	30	30	Батон	30	30	Масло сливочное	10	5
	Чай с молоком	200	150	Кофейный напиток с молоком	200	150	Какао с молоком	200	150	Кофейный напиток с молоком	200	150	Чай с молоком	200	150
				Сок	150	-									
10.00	Йогурт/Биолакт	150	200	Компот из яблок и чернослива	-	150	Йогурт/Биолакт	150	200	Фрукты	100	100	Йогурт/Биолакт	150	200
Обед	Суп картофельный вегетарианский со сметаной	600-800	450-550	Рассольник со сметаной	600-800	450-550	Суп с клецками с курой	600-800	450-550	Суп-пюре из овощей (Гренки 5/5)	600-800	450-550	Суп картофельный с бобовыми	600-800	450-550
	Печень в молочном соусе	80	60	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом свинины	150	120	Капуста тушеная	150	120	Макаронные изделия отварные	120	100	Рис отварной	120	100
	Картофельное пюре	120	100	Соус молочный с овощами	50	30	Суфле из кур	80	60	Гуляш из мяса кур	80	60	Соус томатный	50	30
	Компот из сухофруктов	200	150	Компот из яблок и кураги	200	150	Напиток из шиповника	200	150	Компот из яблок и изюма	200	150	Биточки из мяса кур	80	60
	Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб пшеничный	30	30	Компот из свежих плодов	200	150
	Хлеб ржаной	30	30	Хлеб ржаной	30	30	Хлеб ржаной	30	30	Хлеб ржаной	30	30	Хлеб пшеничный	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 морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом	100	80	Салат здоровые	100	80	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	100	80	Картофель в омлете	120	120	Винегрет	100	80
	Пирожки печеные с капустой	70	70	Булочка с маком	70	70	Ватрушка французская	70	70	Хлеб пшеничный	20	20	Хлеб пшеничный	20	20
	Чай	200	150	Чай	200	150	Чай с молоком	200	150	Молоко кипяченое	150	150	Печенье	20	20
										Печенье	20	20	Чай	200	150
Завтрак	Каша манная молочная	150	120	Каша пшенная молочная	150	120	Каша ячневая молочная	150	120	Запеканка из творога	120	100	Омлет	120	100
	Масло сливочное	10	5	Сыр	10	5	Повидло	10	5	Молоко сгущенное	20	20	Масло сливочное	10	5
	Батон	30	30	Батон	30	30	Батон	30	30	Сыр	10	5	Батон	30	30
	Чай	200	150	Кофейный напиток с молоком	200	150	Какао с молоком	200	150	Батон	30	30	Какао с молоком	200	150
				Сок	150	-				Кофейный напиток с молоком	200	150			
10.00	Йогурт/Биолакт	150	200	Компот из яблок и изюма	-	150	Йогурт/Биолакт	150	200	Фрукты	100	100	Йогурт/Биолакт	150	200
Обед	Уха рыбацкая	600-800	450-550	Суп-пюре из моркови	600-800	450-550	Суп картофельный с яйцом	600-800	450-550	Суп-пюре гороховый	600-800	450-550	Свекольник со сметаной	600-800	450-550
	Капуста тушеная	200	150	Гренки	200	150	Плов из мяса кур	200	150	Гренки	200	150	Картофельная запеканка с печеню	200	150
	Биточки из мяса свинины	120	100	Картофельное пюре	5	5	Компот из чернослива и изюма	120	100	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120	100	Соус молочный с овощами	150	120
	Компот из кураги и изюма	80	60	Рыба запеченная в молочном соусе	200	150	Хлеб пшеничный	200	150	Соус томатный	50	30	Компот из сухофруктов	200	150
	Хлеб пшеничный	30	30	Напиток из шиповника	30	30	Хлеб ржаной	30	30	Биточки из мяса кур	80	60	Хлеб пшеничный	30	30
	Хлеб ржаной	30	30	Хлеб пшеничный	30	30	Хлеб ржаной	30	30	Компот из свежих плодов	200	150	Хлеб ржаной	30	30
				Хлеб ржаной	30	30				Хлеб пшенич/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	Суп молочный с крупой	200	150	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	100	80	Биточки картофельные	120	100	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	100	80	Салат из отварного картофеля, морской капустой с растительным маслом	100	80
	Батон	30	30	Манник	70	70	Соус молочный	50	30	Печенье песочное	70	70	Булочка домашняя	70	70
	Повидло	10	5	Молоко сгущенное	20	20	Молоко кипяченое	150	150	Чай с лимоном	200	150	Чай	200	150
	Чай с молоком	200	150	Чай	200	150	Печенье	20	20						