

Перечень блюд 10-дневного циклического меню ЯСЛИ 1 кв. 2024 г (10,5-часовой режим)		
1 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Яйцо вареное 40 г	Рассольник ленинградский 150 гр	Пудинг из творога с яблоками 80/10
Икра кабачковая (консерв) 60 г	Котлета "Пермская" 60 г	Хлеб ржаной 25 гр
Хлеб ржаной 30 г	Пюре картофельное 120 г или Картофель отварной с маслом 120/5 г	Напиток из плодов шиповника 150 гр
Масло сливочное 5 г	Хлеб пшеничный 50 г	
Чай с сахаром и лимоном 150/7,5/5,5 г	Компот из сухофруктов 150 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		<i>Ужин</i>
Сок фруктовый в ассортименте 150 г		Молоко кипяченое 150 г
		Печенье сдобное 20г
2 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Каша вязкая рисовая молочная 150/5	Суп картофельный с лапшой домашней 150 г	Рыба, тушеная в томате с овощами 60/60 гр
Хлеб пшеничный 30 г	Биточки из птицы 60 г	Картофель, отварной с маслом 120/5 гр
Масло сливочное 5 г	Рагу из овощей 120/5 г	
Сыр российский 10 г	Хлеб пшеничный 25 г	Хлеб ржаной 25 гр
Чай с сахаром 150/7,5 г	Хлеб ржаной 25 г	Чай с сахаром и лимоном 150/7,5/5,5 г
	Кисель из яблок свежих 150 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		<i>Ужин</i>
Яблоки свежие 75 г		Чай с молоком 150 гр
		Булочка "Домашняя " 50 г
3 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Запеканка из творога со сгущенным молоком 100/10 г	Борщ с фасолью и картофелем со сметаной 150/5 г	Омлет с сыром 83 /5 гр
Хлеб ржаной 30 г	Котлеты из говядины 60 г	
Масло сливочное 5 г	Макароны отварные с маслом 130 г	Хлеб пшеничный 25 гр
Какао с молоком 150 г	Хлеб пшеничный 50 г	Чай с сахаром 150/7,5 г
	Компот из свежих яблок 150 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		<i>Ужин</i>
Напиток овощной 150 г		Напиток из плодов шиповника 150 гр
		Булочка "Умница" йод. 50 г
4 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Каша манная жидкая молочная 150/5 г	Суп картофельный с бобовыми 150г	Жаркое по-домашнему 50/125 гр
Хлеб пшеничный 30 г	Тефтели рыбные с соусом 60/30 г	
Масло сливочное 5 г	Рис припущенный 130 г	Хлеб ржаной 25 гр
Чай с сахаром и лимоном 150/7,5/5,5 г	Хлеб пшеничный 50 г	Чай с сахаром 150/7,5 г
	Напиток из плодов шиповника 150 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		<i>Ужин</i>
Яблоки свежие 75 г		Молоко кипяченое 150 г
		Пряники в ассортименте 20 г
5 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Сырники из творога со сгущенным молоком 100/10 г	Суп картофельный с вермишелью 150 г	Рагу из птицы 50/125 гр
Масло сливочное 5 г	Запеканка картофельная с мясом 180/5 г	
Хлеб ржаной 30 г	Хлеб пшеничный 25 г	Хлеб пшеничный 25 гр
Чай с сахаром 150/7,5 г	Хлеб ржаной 25 г	Чай с сахаром и лимоном 150/7/5,5
	Компот из сухофруктов 150 г	<i>Ужин</i>
<i>2 -ой завтрак</i>		Кефир 150 г
Яблоки свежие 75 г		Крендель сахарный 50 г
6 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Омлет натуральный с маслом сливочным 80/5 г	Щи из свежей капусты со сметаной 150/5 г	Котлеты картофельные со сметаной 100/5 гр
Сыр российский 10 гр	Тефтели из говядины с соусом сметанным с томатом 60/30 г	

Хлеб пшеничный 30 г	Каша гречневая рассыпчатая 120/5 г	Хлеб ржаной 25 гр
Масло сливочное 5 г	Хлеб пшеничный 50 г	Кофейный напиток с молоком 150 гр
Чай с сахаром и лимоном 150/7,5/5,5 г	Кисель из яблок свежих 150 г	
		<i>Ужин</i>
<i>2 -ой завтрак</i>		Чай с молоком 150 гр
Сок фруктовый в ассортименте 150 г		Печенье сдобное 20г
7 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Суп молочный с макаронными изделиями 150/2 г	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 150/5 г	Каша "Дружба" 150/5 гр
Масло сливочное 5 г	Зразы рыбные рубленые с яйцом 60 г	Хлеб ржаной 25 гр
Хлеб ржаной 30 г	Пюре картофельное 120 г или Картофель отварной с маслом 120/5 г	Чай с сахаром и лимоном 150/7,5/5,5 г
Какао с молоком сгущенным 150 г	Хлеб пшеничный 25 г	
	Хлеб ржаной 25 г	
<i>2 -ой завтрак</i>	Компот из сухофруктов 150 г	<i>Ужин</i>
Яблоки свежие 75 г		Молоко кипяченое 150 г
		Сдоба обыкновенная 50 г
8 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Вареники ленивые отварные с маслом 100/5	Суп картофельный с мясными фрикадельками 150/20 г	Голубцы ленивые 60/15 гр
Хлеб пшеничный 30 г	Плов из птицы 60/140 г	Каша гречневая рассыпчатая 120/5 гр
Масло сливочное 5 г	Хлеб пшеничный 50г	Хлеб ржаной 25 гр
Чай с сахаром 150/7,5 г	Компот из свежих яблок 150 г	Чай с молоком 150 гр
<i>2 -ой завтрак</i>		<i>Ужин</i>
Напиток овощной 150 г		Кефир 150 г
		Пирожок печеный с повидлом 50 г
9 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Каша пшеничная жидкая молочная с маслом 150/5 г	Суп картофельный с клецками 150 г	Картофельные оладьи с сыром с соусом сметанным 100/15 гр
Хлеб ржаной 30 г	Котлета из говядины 60 гр	
Сыр российский 10 гр	Капуста тушеная 120г	Хлеб пшеничный 25 гр
Кофейный напиток с молоком 150 г	Хлеб пшеничный 25г	Чай с сахаром 150/7,5 г
	Хлеб ржаной 25 г	
<i>2 -ой завтрак</i>	Напиток из плодов шиповника 150 г	<i>Ужин</i>
Бананы свежие 50 г		Ряженка 150 г
		Коржик молочный 50г
10 ДЕНЬ		
<i>Завтрак</i>	<i>Обед</i>	<i>Усиленный Полдник</i>
Оладьи с повидлом 120/10 г	Суп картофельный с крупой 150 г	Биточки, запеченные под сметанным соусом с рисом 50/125 г
Хлеб пшеничный 30 г	Котлеты рыбные 60 г	
Масло сливочное 5 г	Пюре картофельное 120 г или Картофель отварной с маслом 120/5 г	Хлеб ржаной 25 гр
Чай с сахаром и лимоном 150/7,5/5,5 г	Хлеб пшеничный 50 г	Чай с сахаром 150/7,5 г
	Компот из сухофруктов 150 г	
<i>2 -ой завтрак</i>		<i>Ужин</i>
Яблоки свежие 75 г		Кефир 150 г
		Пряники в ассортименте 20 г