Утверждаю:

Приказом и.о. заведующего учреждением

№ 97-Д от «29» января 2021 г.

|  |
| --- |
| ***Меню-1 день*** ***Завтрак : Каша гречневая вязкая на молоке -150/200******Хлеб с маслом и сыром*** ***30/5/5-40/5/10******Кофейный напиток с молоком -150/150******Второй завтрак: Сок фруктовый -100/150******Обед: салат из моркови с зеленым горошком-30/50*** ***Суп овощной -150/180*** ***Картофельное пюре-110/130*** ***Пудинг из мяса -60/70*** ***Компот из сухофруктов -150/180*** ***Хлеб -40/50*** ***Полдник: Молоко цельное-150/200***  ***Булочка «Российская» -50/50******Ужин: Ленивые голубцы с мясом - 170/200*** ***Кисель из концентрата ягодного -150/200*** ***Хлеб -30/40*** |

|  |
| --- |
|  ***Меню-2 день*** ***Завтрак : Омлет натуральный -120/140******Хлеб с маслом******-30/5-40/5******Какао с молоком -150/150******Второй завтрак: Сок фруктовый -100/150******Обед: Салат из свежих огурцов и помидор -30/50*** ***Свекольник -150/180******Гуляш из мяса, --60/70******Вермишель 110/130*** ***Компот из свежих фруктов-150/180******Хлеб -40/50*** ***Полдник: Снежок -150/200***  ***Печенье сахарное -50/50******Ужин: Картофельное пюре -110/130******Тефтели из мяса с рисом /соус-60/20-70/30*** ***Чай сладкий -150/180*** ***Хлеб -20/30*** |

|  |
| --- |
| ***Меню- 3день*** ***Завтрак: запеканка из творога с молоком сгущенным -150/200, 20/30******Хлеб с маслом-30/8-40/10*** ***Чай с молоком-150/150******Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150******Обед: Салат картофельный с зелен. горошком-30/50*** ***Борщ с капустой и картофелем- 150/180*** ***Мясо отварное-10/15*** ***Рис отварной-110/130******Тефтели мясные, соус -60/70-20/30******Компот из изюма -150/180******Хлеб -40/50******Полдник: Вафли -50/50*** ***Молоко цельное -150/200******Ужин: Рагу из птицы 170/200*** ***Кисель -150/200*** ***Хлеб -20/30***  ***Свежий фрукт – 100/100*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-4 день*** ***Завтрак: Каша ячневая -150/200*** ***Хлеб с маслом и сыром-30/5/8-40/5/10*** ***Кофейный напиток -*** ***с молоком-150/150******Второй завтрак: сок фруктовый -100/150******Обед: Салат из свеклы с изюмом***  ***-30/50*** ***Рассольник домашний-150/180*** ***Мясо отварное-10/10*** ***Плов с мясом – 170/200*** ***Компот из сухофруктов -150/180*** ***Хлеб -40/50******Полдник: яблоко печеное – 100/100*** ***Чай сладкий -100/150******Ужин: Рожки отварные -110/130*** ***Котлета мясная -60/70*** ***Компот из кураги 150/200*** ***Хлеб 20/30*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-5 день******Завтрак : Каша овсяная из геркулеса***  ***жидкая 150/200-*** ***Хлеб с маслом-30/5-40/5*** ***Какао с молоком -150/200******Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150******Обед: Винегрет овощной-30/50*** ***Суп картофельный с***  ***Мясными фрикадельками -150/20-200/30******Гречка отварная -110/130*** ***Шницель -60/70*** ***Соус основной-20/30*** ***Компот из суш.плодов-150/180******Хлеб -40/50*** ***Полдник: Снежок -150/200*** ***Пряник -50/50******Ужин: Жаркое по-домашнему-170/170*** ***Чай сладкий -150/200*** ***Хлеб -20/30*** ***Свежий фрукт – 100/100*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-6 день******Завтрак: Каша молочная*** ***рисовая жидкая -150/200*** ***Хлеб с маслом и***  ***сыром-30/5/8-40/5/10*** ***Чай с молоком-150/150******Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150******Обед: Икра морковная -30/50*** ***Щи из свежей капусты*** ***с картофелем-150/180*** ***Картофельное пюре-110/130*** ***Фрикадельки мясные-60/70*** ***Соус основной-20/30*** ***Компот из св.плодов-150/180******Хлеб -40/50******Полдник: Йогурт – 150/200*** ***Печенье -50/50******Ужин: Оладьи из печени/соус-60/20-70/30*** ***Вермишель отварная-110/130*** ***Компот из плодов суш.-150/200*** ***Хлеб -20/30******Меню-8 день******Завтрак: Каша молочная*** ***пшеничная жидкая-150/200*** ***Хлеб с маслом/сыр-30/5/8-40/5/10*** ***Какао с молоком -150/150******Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150******Обед: Салат из св. капусты и моркови 30/50******Куринный бульон с гренками 150/20/180/20*** ***Рис отварной-110/130*** ***Курица в соусе-60/20-70/30*** ***Компот из яблок и апельсин-150/180******Хлеб -40/50*** ***Полдник: кефир -150/200*** ***Печенье-50/50******Ужин:* Биточки мясные 60/70** **Картофельное пюре**  **110/130** **Компот из сухих фруктов 150/150** **Хлеб 20/30** |

|  |
| --- |
| ***Меню-7день*** ***Завтрак : Каша гречневая молочная-150/200*** ***Хлеб с маслом-30/5-40/10*** ***Кофейный напиток*** ***с молоком -150/150******Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150******Обед: Салат из огурцов сол. -30/50*** ***Борщ со сметанной -150/180*** ***Макароны отварные-110/130*** ***Котлета из мяса, соус -60/20-70/30*** ***Компот из св. ягод-150/180******Хлеб -40/50*** ***Полдник: молоко цельное-150/200***  ***Ватрушка с творогом -50/50******Ужин: Картофельное пюре 110/130*** ***Капуста тушенная с мясом -60/70*** ***Чай с сахаром-150/200*** ***Хлеб -20/30*** ***Свежий фрукт – 100/100*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-9 день*** ***Завтрак Омлет натуральный -120/120*** ***Хлеб с маслом-30/10-40/10******Кофейный напиток с молоком-150/180******Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150******Обед: Салат из свеклы с чесноком -30/50*** ***Суп гороховый с гренками -150/20/180/20*** ***Кнели из мяса -60/70, гречка рассыпчатая 110/130***  ***Компот из св. фруктов-150/180******Хлеб -40/50*** ***Полдник: Слойка -50/50***  ***Варенец -150/200******Ужин: Азу с мясом – 170/200*** ***Чай сладкий с лимоном-150/200*** ***Хлеб -20/30*** |

|  |
| --- |
| ***Меню-10 день*** ***Завтрак : Каша манная молочная-150/200*** ***Хлеб с маслом и сыром-30/5/8-40/5/10*** ***Чай с сахаром-150/150******Второй завтрак: Сок фруктовый-100/150******Обед: Салат овощной 30/50*** ***Суп «Сахалинский»-150/180 Котлета мясная -60/70******Вермишель отварная 110/130*** ***Компот из св. яблок и апельсин-150/180******Хлеб -40/50*** ***Полдник: Молоко цельное-150/200***  ***Пряник -50/50******Ужин: Салат витаминный -30/50*** ***Плов из мяса-170/200*** ***Компот из изюма-150/170*** ***Хлеб -20/30*** |