**ПОНЕДЕЛЬНИК**

**НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| №116 | Яйцо вареное | 1 | 63,0 |
| № 4 | Каша манная молочная жидкая | 180 | 175,6 |
| № 53 | Масло сливочное | 8 | 52,88 |
| № 54 | Сыр | 20 | 60,2 |
| № 46 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 132,25 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 58 | Огурец | 60 | 8,4 |
| № 13 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 134,78 |
| № 22 | Шницель из мяса говядины | 73 | 206,34 |
| № 61 | Овощи тушёные | 150 | 120,9 |
| № 44 | Кисель | 200 | 87,36 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| № 51 | Булочка домашняя | 60 | 194,83 |
| № 79 | Снежок | 200 | 56 |
|  | **Ужин** |  |  |
| № 86 | Каша гречневая смолоком | 200 | 178,6 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1815,97** |

**ВТОРНИК**

**НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| № 3 | Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая | 180 | 171,0 |
| № 53 | Масло сливочное | 8 | 52,88 |
| № 50 | Какао на молоке | 200 | 32,25 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 33 | Салат из свежей капусты | 60 | 45,2 |
| № 10 | Щи со свежей капустой | 200 | 82,03 |
| №104 | Плов с мясом кур | 200 | 404 |
| № 45 | Компот из сухофруктов | 200 | 92,74 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| № 77 | Печенье | 70 | 305,2 |
| № | Молоко кипячёное | 200 | 116 |
|  | **Ужин** |  |  |
| № 28 | Биточки рыбные | 80 | 108,08 |
| №39 | Капуста тушенная | 150 | 86,3 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1841,13** |

**СРЕДА**

**НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| № 2 | Каша пшённая молочная жидкая | 180 | 179,6 |
| № 53 | Масло сливочное | 8 | 52,88 |
| № 46 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 132,25 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 38 | Зелёный горошек | 60 | 24,0 |
| №15 | Рассольник ленинградский | 200,0 | 95,22 |
| № 117 | Макаронник с мясом говядины | 200 | 328 |
| № 45 | Компот из сухофруктов | 200 | 92,74 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| № 106 | Бутерброд с повидлом | 60 | 194,83 |
| № 85 | Чай с лимоном, сахаром | 200 | 60,5 |
| № 73 | Фрукты (апельсин) | 150 | 60 |
|  | **Ужин** |  |  |
| № 29 | Сырники с морковью | 140 | 302,31 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1867,78** |

**ЧЕТВЕРГ**

**НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| № 6 | Суп молочный вермишелевый | 200 | 180,45 |
| № 53 | Масло сливочное | 8 | 52,88 |
| №54 | Сыр | 20 | 60,2 |
| № 50 | Какао на молоке | 200 | 137,95 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 59 | Помидор | 60 | 13,2 |
| № 12 | Суп с клецками на курином бульоне | 200 | 168,07 |
| №101 | Картофельное пюре | 130 | 91,5 |
| № 56 | Оладьи печёночные | 80 | 134,83 |
| № 45 | Компот из сухофруктов | 200 | 92,74 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| № 51 | Булочка витушка | 60 | 194,83 |
| № 85 | Чай с лимоном, сахаром | 200 | 60,5 |
| № 74 | Фрукты (яблоко) | 150 | 67,5 |
|  | **Ужин** |  |  |
| № 1 | Каша рисовая молочная жидкая | 200 | 176,0 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1776,1** |

**ПЯТНИЦА**

**НЕДЕЛЯ ПЕРВАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** | |  |  |
| № 182 | Каша ячневая молочная вязкая | | 200 | 180,5 |
| № 46 | Кофейный напиток на молоке | | 200 | 132,25 |
|  | Хлеб пшеничный | |  |  |
|  | Обед | |  |  |
| № 33 | Салат из свежей капусты | | 60 | 45,2 |
| № 14 | Борщ с картофелем(Свекольник ) | | 200 | 82,11 |
| № 24 | Гуляш из мяса говядины | | 70 | 225,096 |
| № 37 | Каша гречневая рассыпчатая | | 150 | 214,22 |
| № 45 | Компот из сухофруктов | | 200 | 92,74 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной | |  |  |
|  | **Полдник** | |  |  |
| № 88 | Блины с маслом с сахаром | | 130 | 266,2 |
| № 85 | Чай с молоком | | 200 | 60,5 |
|  | **Ужин** |  | |  |
| № 87 | Каша сборная молочная "Дружба" | 200 | | 211,0 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | | **1855,2** |

**ПОНЕДЕЛЬНИК**

**НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| №110 | Омлет | 85 | 157 |
| № 1 | Каша рисовая молочная | 200 | 176,0 |
| № 50 | Какао на молоке | 200 | 137,95 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 38 | Зелёный горошек | 60 | 24,0 |
| № 18 | Суп картофельный | 200 | 110,35 |
| № 25 | Голубцы ленивые с соусом | 170 | 215,736 |
| №48 | Сок натуральный | 200,0 | 76 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| №111 | Пирог открытый | 100 | 275,0 |
| № 85 | Чай с молоком | 200 | 60,5 |
|  | **Ужин** |  |  |
| № 6 | Суп вермишелевый молочный | 200 | 180,45 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1758,4** |

**ВТОРНИК**

**НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| № 87 | Каша сборная молочная "Дружба" | 200 | 211,0 |
| № 53 | Масло сливочное | 8 | 52,88 |
| № 46 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 132,25 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 57 | Салат из моркови | 50 | 53,54 |
| № 16 | Борщ с мясом говядины | 200 | 96,81 |
| № 68 | Суфле куриное | 70 | 207,19 |
| № 36 | Макаронные изделия отварные | 150 | 170,9 |
| № 44 | Кисель | 200 | 87,36 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| № 80 | Вафли | 70 | 204,3 |
| № 47 | Молоко | 200 | 116 |
|  | **Ужин** |  |  |
| № 27 | Котлеты рыбные | 75 | 108,08 |
| № 34 | Отварной картофель | 150 | 159,45 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1984,0** |

**СРЕДА**

**НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| № 86 | Каша гречневая с молоком | 200 | 178,6 |
| № 53 | Масло сливочное | 8 | 52,88 |
| № 54 | Сыр | 20 | 60,2 |
| № 50 | Какао на молоке | 200 | 137,95 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 59 | Помидор | 60 | 13,2 |
| № 9 | Суп рыбный | 200 | 153,87 |
| № 32 | Горох отварной | 150 | 204,1 |
| № 20 | Тефтели (ёжики) | 70 | 110,5 |
| № 45 | Компот из сухофруктов | 200 | 92,74 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| № 52 | Ватрушка с творогом | 85 | 229,5 |
| № 85 | Чай с лимоном, сахаром | 200 | 60,5 |
| № 76 | Фрукты (груша) | 150 | 63 |
|  | **Ужин** |  |  |
| № 2 | Каша пшённая молочная жидкая | 180 | 179,6 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1882,1** |

**ЧЕТВЕРГ**

**НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| № 82 | Пудинг из творога с соусом | 135 | 261 |
| № 46 | Кофейный напиток на молоке | 200 | 132,25 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 60 | Свекла отварная | 60 | 25,3 |
| № 17 | Суп крестьянский на курином бульоне с крупой | 200,0 | 140,59 |
| № 39 | Капуста тушёная | 150 | 86,3 |
| № 66 | Куры тушёные | 70 | 197,62 |
| № 45 | Компот из сухофруктов | 200 | 92,74 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| № 72 | Оладьи | 70 | 298,29 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 74 | Фрукты (яблоко) | 150 | 67,5 |
|  | **Ужин** |  |  |
| №112 | Запеканка манная | 200 | 318,0 |
| № 44 | Кисель | 200 | 87,36 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1873,3** |

**ПЯТНИЦА**

**НЕДЕЛЯ ВТОРАЯ**

**Возрастная категория от 3-х до 7-ми лет**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № рец. | Приём пищи, наименование блюда | Масса порций | Энергетическая ценность |
|  | **Завтрак** |  |  |
| № 89 | Суп молочный пшённый | 200 | 172,6 |
| № 53 | Масло сливочное | 8 | 52,88 |
| №54 | Сыр | 20 | 60,2 |
| № 50 | Какао на молоке | 200 | 137,95 |
|  | Хлеб пшеничный |  |  |
|  | **Обед** |  |  |
| № 78 | Икра кабачковая | 60 | 73,2 |
| №11 | Суп вермишелевый | 200 | 105,03 |
| №103 | Жаркое по- домашнему | 220 | 265,0 |
| № 48 | Сок натуральный | 200 | 76 |
|  | Хлеб пшеничный/ хлеб ржаной |  |  |
|  | **Полдник** |  |  |
| №113 | Булочка "Веснушка" | 60 | 194,83 |
| № 79 | Снежок | 200 | 56 |
|  | **Ужин** |  |  |
| № 3 | Каша овсяная из «Геркулеса» жидкая | 180 | 171,0 |
| № 49 | Чай сладкий | 200 | 56,85 |
| № 70 | Хлеб пшеничный за весь день | 80 | 181,60 |
| № 71 | Хлеб ржано – пшеничный за весь день | 50 | 107,0 |
|  | **Всего:** |  | **1710,1** |