

УТВЕРЖДАЮ

СОГЛАСОВАНО

Сивцова В.И.



ОСЕНЬ-ЗИМА

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (3-7 ЛЕТ)

День 1			День 2			День 3			День 4			День 5		
№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК														
226/18	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	229/18	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	220/18	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	170	233/18	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	170	225/18	КАША "ДРУЖБА"	170
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20
72/18	СЫР ПОРЦИОННО	10	76/18	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.	10	72/18	СЫР ПОРЦИОННО	10	76/18	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.	10	72/18	СЫР ПОРЦИОННО	10
464/18	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-И ВАРИАНТ)	200	508/13	КАКАО С МОЛОКОМ (1-И ВАРИАНТ)	200	134/07	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	464/18	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ (1-И ВАРИАНТ)	200	133/07	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200
2-ОЙ ЗАВТРАК														
498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100	498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100	498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100	498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100	498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100
ОБЕД														
31/18	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СОЛ. ОГУРЦОМ	50	5/13	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	145/18	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦ.	50	1/18	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	26/18	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	50
151/13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	160/20	149/13	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ГОРОХОВЫЙ	180	129/18	СУП-ПОРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	170/10	95/18	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	170/10	114/18	СУП ИЗ ОВОШЕЙ СО СМЕТАНОЙ	170/10
364/18	ПТИЦА В СОУСЕ	70/30	354/18	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГОНОВСКИ	70/30	337/18	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	306/18	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ.	70	332/18	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И СОУСОМ	200/50
255/18	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	384/18	РИС ОТВАРНОЙ	130	423/13	ПОРЕ ИЗ ГОРОХА	150	374/18	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	130	492/18	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180
492/18	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	485/18	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	486/18	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	180	492/18	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦ.	20
114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦ.	20	115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50	115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50	115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50	115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50			
ПОЛДНИК														
527/18	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	60	580/21	ВАФЛИ СЛИВОЧНЫЕ	50	560/13	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	60	547/18	МАНИК	70	582/21	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30
468/18	КЕФИР	200	467/18	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	200	467/18	МОЛОКО КИПАЧЕНОЕ	200	468/18	ЙОГУРТ	200	468/18	КЕФИР	150
УЖИН														
353/13	РЫБНЫЕ ФРИКАДЕЛКИ	70	376/21	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	200	203/13	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	150/50	282/18	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/50	21/18	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40
150/18	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	132/07	ЧАЙ С САХАРОМ	200	474/18	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	474/18	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	200	267/18	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180
484/18	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	200	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦИОН.	50	133/07	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦИОН.	50	133/07	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200
114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН. ПОРЦИОН.	50

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 2-Я СТУПЕНЬ (3-7 ЛЕТ)

День 6			День 7			День 8			День 9			День 10		
№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК														
229/18	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	231/18	КАША ОБВЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	170	273/13	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	137/18	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	170	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170
114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20
76/18	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.	10	72/18	СЫР ПОРЦИОННО	10	72/18	СЫР ПОРЦИОННО	10	76/18	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.	10	76/18	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.	10
464/18	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	508/13	КАКАО С МОЛОКОМ (1-И ВАРИАНТ)	200	508/13	КАКАО С МОЛОКОМ (1-И ВАРИАНТ)	200	464/18	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	133/07	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200
2-ОЙ ЗАВТРАК														
498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100	498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100	498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100	498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100	498/18	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ.	100
ОБЕД														
5/13	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	50	146/18	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	26/18	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ	50	1/18	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50	145/18	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦ.	50
113/18	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	100/18	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	170/10	100/21	ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	170/10	92/18	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	170/10	116/18	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	180
307/18	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	70	339/18	КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	70	413/13	СУФЛЕ КУРИНОЕ С-С МОЛОЧНЫЙ	70/30	348/18	ЕЖИКИ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	70/30	331/18	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180/20
374/18	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	174/18	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	204/18	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	255/18	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	485/18	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ (200)	180
484/18	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	492/18	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	486/18	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	180	492/18	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	20
114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	20	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦ.	20	115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50
115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50	115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50	115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50	115/13	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	50			
ПОЛДНИК														
579/21	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	50	583/13	БУЛОЧКА "ДОМАШНЯЯ"	70	581/21	ПРЯНИК	50	529/18	ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ	60	583/21	ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	30
467/18	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	468/18	ЙОГУРТ	180	467/18	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	468/18	КЕФИР	200	467/18	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100
ПОЛДНИК														
УЖИН														
366/18	ПЛОВ ИЗ КУРЫ	200	278/18	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ИЗ КУРАГИ	150/50	21/18	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	283/18	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ СЛАДКИМ МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/50	302/18	СУФЛЕ РЫБНОЕ	70
132/07	ЧАЙ С САХАРОМ	200	134/07	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	267/18	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	180	134/07	ЧАЙ СЛАДКИЙ С МОЛОКОМ	200	374/18	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130
114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	50	133/07	ЧАЙ СЛАДКИЙ С ЛИМОНОМ	200	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	50	492/18	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200
	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	50	114/13	ХЛЕБ ПШЕН.ПОРЦИОН.	50