

Примерное 20-ти дневное меню для категории: Детсад МЕНЮ 20-и дневное 2025 ЛЕТО

1 неделя

Заведующий

"Утверждаю"
Н.Л. Барабаш

Понедельник		Вых.	Калор	Вторник		Вых.	Калор	Среда		Вых.	Калор	Четверг		Вых.	Калор	Пятница		Вых.	Калор
ЗАВТРАК		400	253.9	ЗАВТРАК		400	242.2	ЗАВТРАК		400	304.6	ЗАВТРАК		420	365.5	ЗАВТРАК		400	253.5
Каша манная молочная жидкая		180	192.9	Каша "Здоровье"		180	188	Каша "Горюлес" молочная		180	197.3	Каша ячневая молочная*		180	226.6	Икра кабачковая порционная 2		45	44.7
Хлеб пшеничный с маслом		30/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом		30/10	26.2	жидкая 2				Рйцо отварное		20	31.4	Омлет натуральный 2		110	147.8
Чай с сахаром 2		185	28	Чай с сахаром 2		180	28	Хлеб пшеничный с маслом		30/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом		30/10	26.2	Хлеб пшеничный с маслом		40/5	33
								Кофейный напиток с молоком*1		185	74.3	Какао с молоком		180	81.3	Чай с сахаром 2		200	28
10 ЧАСОВ		100	44.7	10 ЧАСОВ		100	76.5	10 ЧАСОВ		100	40	10 ЧАСОВ		100	56.4	10 ЧАСОВ		100	40
Напиток из шиповника 10		100	44.7	Снежок 2		100	76.5	Сок 2		100	40	Кефир 2		100	56.4	Сок 2		100	40
ОБЕД		600	425	ОБЕД		600	887.7	ОБЕД		600	432.4	ОБЕД		600	507.3	ОБЕД		600	781.8
Рассольник Ленинградский 2		180	127.1	Суп картофельный с клецками 2		180	177	Щи с капустой, картофелем		180	135.1	Свекольник 2		180	139	Суп картофельный с макаронными изделиями		180	183.4
Каша гречневая с маслом 2		130	165.7	Плов с отварной птицей 2		175	603.5	Картофель отварной 1		130	158.5	Запеканка картофельная с мясом 1		190	225.3	Пюре из свеклы (гарнир) 2		130	108.7
Гуляш из мяса 2		70	25	Хлеб ржаной		45	77.9	Тефтели из мяса		70	31.6	мясом 1				Пюре из свеклы (гарнир) 2		70	365.7
Хлеб ржаной		40	77.9	Компот из смеси сухофруктов		200	29.3	Хлеб ржаной		40	77.9	Хлеб ржаной		40	77.9	Суфле из кур 2		40	77.9
Компот из смеси сухофруктов		180	29.3					Компот из смеси сухофруктов		180	29.3	Напиток из шиповника 1		190	65.1	Хлеб ржаной		180	46.1
																Компот из свежих яблок		180	46.1
УЖИН		520	608.1	УЖИН		550	407	УЖИН		520	370.3	УЖИН		525	672.5	УЖИН		510	438
Булочка "Сдобная"		70	185.5	Картофель отварной		150	171.6	Печенье		20	90.2	Булочка "Нежная" 2		70	277.7	Печенье		20	90.2
Морковное пюре 2		60	58.8	Котлета рыбная 2		70	125.9	Икра кабачковая порционная		60	59.9	Рис отварной с маслом		150	196.7	Салат из белокочанной капусты		60	60.7
Пудинг творожный 25		150	284.7	Хлеб пшеничный		30	0	Омлет натуральный 2		110	147.8	Печень тушеная с овощами		95	170.1	Макаронные изделия отварные 2		130	133.2
Соус молочный 1		30	51.1	Напиток из шиповника 1		200	65.1	Хлеб пшеничный		30	0	Хлеб пшеничный		30	0	Биточки рыбные 2		70	125.9
Хлеб пшеничный		30	0	Яблоко 2		100	44.4	Чай с сахаром 2		200	28	Чай с сахаром 2		180	28	Хлеб пшеничный		30	0
Чай с сахаром 2		180	28					Яблоко 2		100	44.4					Чай с сахаром 2		200	28
Примерная стоимость дня		1331.7		Примерная стоимость дня		1613.4		Примерная стоимость дня		1147.3		Примерная стоимость дня		1601.7		Примерная стоимость дня		1513.3	

Примерное 20- ти дневное меню для категории: Детсад

МЕНЮ 20-и дневное 2025 ЛЕТО

2 недели

Заведующий

Н.Л. Барабаш

"Утверждаю"

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	400	238.5	ЗАВТРАК	400	322	ЗАВТРАК	400	477.9	ЗАВТРАК	400	256.8	ЗАВТРАК	400	326.2
Каша "Дружба"	180	184.3	Икра кабачковая порционная	60	59.9	Пудинг творожный 25	150	285	Каша манная молочная жидкая	180	202.6	Каша гречневая с маслом	150	194
Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	26.2	Омлет натуральный 2	110	147.8	Соус молочный	40	56.4	Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	26.2	Кофейный напиток с молоком	200	106
Чай с сахаром 2	180	28	Хлеб пшеничный с маслом	30/5	33	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33	Чай с сахаром 2	180	28	Хлеб пшеничный с повидлом	40/10	26.2
10 ЧАСОВ	100	40	10 ЧАСОВ	100	13.2	10 ЧАСОВ	100	56.4	10 ЧАСОВ	100	40	10 ЧАСОВ	100	76.5
Сок 2	100	40	Чай с сахаром 25	100	13.2	Кефир 2	100	56.4	Сок 2	100	40	Снежок 2	100	76.5
ОБЕД	600	498.8	ОБЕД	600	562.2	ОБЕД	600	812.3	ОБЕД	600	759.2	ОБЕД	600	332.9
Борщ	180	153.2	Рассольник Ленинградский 2	180	150	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	183.4	Свекольник 2	180	139	Суп гороховый	180	168.4
Горошница	130	163.2	Картофельное пюре 1	130	179.8	макаронными изделиями			Овощи тушеные 22	130	147.3	Азу по-татарски с картофелем	180	40.5
Котлета из мяса* 1	70	39.4	Печень тушеная с овощами 2	70	125.2	Каша гречневая с маслом 2	130	165.7	Суфле из кур 2	70	365.7	и мясом 2		
Хлеб ржаной	40	77.9	Хлеб ржаной	40	77.9	Биточки куриные	70	356	Хлеб ржаной	40	77.9	Хлеб ржаной	40	77.9
Напиток из шиповника 1	180	65.1	Компот из смеси сухофруктов	180	29.3	Хлеб ржаной	40	77.9	Компот из смеси сухофруктов	180	29.3	Компот из свежих яблок	200	46.1
УЖИН	580	444.5	УЖИН	570	518.8	УЖИН	500	521.9	УЖИН	510	626.6	УЖИН	500	391.6
Ватрушка с творогом	70	216.2	Булочка "Дорожная" 2	70	217.7	Булочка "Домашняя" 2	70	250.7	Печенье	20	90.2	Пирожок с капустой	70	166.6
Суп молочный с макаронными	200	155.9	Винегрет овощной 2	100	101.3	Макаронные изделия отварные	150	180.4	Картофельное пюре 2	150	208	Рыба тушеная в томате с овощами	200	197
изделиями 2			Котлеты рыбные 1	70	127.4	Рйцо отварное	40	62.8	Печень по - строгановски 1	110	263.3			
Хлеб пшеничный	30	0	Хлеб пшеничный	30	0	Хлеб пшеничный	40	0	Хлеб пшеничный	30	0	Хлеб пшеничный	30	0
Чай с сахаром 2	180	28	Чай с сахаром 2	200	28	Чай с сахаром 2	200	28	Напиток из шиповника 1	200	65.1	Чай с сахаром 2	200	28
Яблоко 2	100	44.4	Яблоко 2	100	44.4									
Примерная стоимость дня		1221.8	Примерная стоимость дня		1416.2	Примерная стоимость дня		1868.5	Примерная стоимость дня		1682.6	Примерная стоимость дня		1127.2

Примерное 20- ти дневное меню для категории: Детсад МЕНЮ 20-и дневное 2025 ЛЕТО

3 недели

Заведующий

Н.Л. Барабаш

"Утверждаю"

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	400	283.3	ЗАВТРАК	400	298.4	ЗАВТРАК	400	214.3	ЗАВТРАК	400	244.4	ЗАВТРАК	400	315
Каша пшеница молочная 2	180	222.3	Каша "Дружба"	180	190.9	Суп молочный с макаронными	180	153.3	Каша "Геркулес" молочная	180	190.2	Икра кабачковая порционная	60	59.9
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	26.2	изделиями 2			жидкая 2			Омлет натуральный 2	110	147.8
Чай с сахаром 2	185	28	Какао с молоком	180	81.3	Хлеб пшеничный с маслом	30/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	26.2	Хлеб пшеничный с маслом	30/5	33
						Чай с сахаром 2	185	28	Чай с сахаром 2	180	28	Кофейный напиток с молоком*1	195	74.3
10 ЧАСОВ	100	36.3	10 ЧАСОВ	100	40	10 ЧАСОВ	100	56.4	10 ЧАСОВ	100	76.5	10 ЧАСОВ	100	15.6
Напиток из шиповника 10	100	36.3	Сок 2	100	40	Кефир 2	100	56.4	Снежок 2	100	76.5	Чай с сахаром 25	100	15.6
ОБЕД	600	863.9	ОБЕД	600	877.2	ОБЕД	600	435.8	ОБЕД	600	484.8	ОБЕД	600	472.2
Борщ	190	153.2	Суп картофельный с	180	183.4	Суп гороховый	180	168.4	Свекольник 2	180	139	Щи с капустой, картофелем	180	122.9
Плов с отварной птицей 2	175	603.5	макаронными изделиями			Рагу из овощей 2	130	146.5	Горошница	130	189.1	Запеканка картофельная с	190	225.3
Хлеб ржаной	40	77.9	Жаркое по-домашнему с	200	550.8	Котлета из мяса* 1	70	13.7	Котлета из мяса* 1	70	13.7	мясом 1		
Компот из смеси сухофруктов	195	29.3	курицей 1			Хлеб ржаной	40	77.9	Хлеб ржаной	40	77.9	Хлеб ржаной	40	77.9
			Хлеб ржаной	40	77.9	Компот из смеси сухофруктов	180	29.3	Напиток из шиповника 1	180	65.1	Компот из свежих яблок	190	46.1
			Напиток из шиповника 1	180	65.1									
УЖИН	570	528.4	УЖИН	550	603.6	УЖИН	550	417.8	УЖИН	530	512.8	УЖИН	510	528.2
Ватрушка с творогом	70	216.2	Булочка "Домашняя" 1	70	304	Салат из свежих	60	64.2	Печенье	20	90.2	Пирожок с капустой	70	166.6
Макаронные изделия отварные	150	177	Винегрет овощной 2	100	101.3	Запеканка из печени с рисом.	180	281.2	Салат из белокочанной капусты	60	60.7	Пудинг творожный 25	150	270.4
Рйцо отварное	40	62.8	Котлеты рыбные 1	70	125.9	Хлеб пшеничный	30	0	Картофельное пюре 2	150	208	Соус молочный	50	63.2
Хлеб пшеничный	30	0	Хлеб пшеничный	30	0	Чай с сахаром 2	180	28	Биточки рыбные 2	70	125.9	Хлеб пшеничный	40	0
Чай с сахаром 2	180	28	Чай с сахаром 2	180	28	Яблоко 2	100	44.4	Хлеб пшеничный	30	0	Чай с сахаром 2	200	28
Яблоко 2	100	44.4	Яблоко 2	100	44.4				Чай с сахаром 2	200	28			
Примерная стоимость дня		1711.9	Примерная стоимость дня		1819.2	Примерная стоимость дня		1124.3	Примерная стоимость дня		1316.5	Примерная стоимость дня		1331

Примерное 20- ти дневное меню для категории: Детсад МЕНЮ 20-и дневное 2025 ЛЕТО

4 недели

Заведующий

Н.Л. Барабаш

"Утверждаю"

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	400	249	ЗАВТРАК	400	329.8	ЗАВТРАК	400	307.8	ЗАВТРАК	400	320.2	ЗАВТРАК	400	308.2
Каша "Здоровье"	180	188	Каша пшеница молочная 2	180	222.3	Каша гречневая вязкая на	180	246.8	Каша рисовая молочная жидкая	180	212.7	Икра кабачковая порционная	60	59.9
Хлеб пшеничный с маслом	30/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	26.2	молоко			Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	26.2	Омлет натуральный 2	120	147.8
Чай с сахаром 2	185	28	Какао с молоком	180	81.3	Хлеб пшеничный с маслом	30/5	33	Какао с молоком	180	81.3	Хлеб пшеничный с повидлом	30/10	26.2
						Чай с сахаром 2	185	28				Кофейный напиток с молоком*1	180	74.3
10 ЧАСОВ	100	40	10 ЧАСОВ	100	56.4	10 ЧАСОВ	100	76.5	10 ЧАСОВ	180	28	10 ЧАСОВ	100	40
Сок 2	100	40	Кефир 2	100	56.4	Снежок 2	100	76.5	Чай с сахаром 2	180	28	Сок 2	100	40
ОБЕД	630	629.2	ОБЕД	600	435.4	ОБЕД	600	733.2	ОБЕД	600	300.9	ОБЕД	600	835.7
Салат из свежы 2	50	53.4	Суп картофельный с клецками 2	180	131.5	Рассольник Ленинградский 2	180	127.1	Борщ	180	153.2	Суп картофельный с	180	243.7
Щи с капустой, картофелем	180	142.7	Картофельное пюре 1	130	179.8	Макаронные изделия отварные 2	130	133.2	Азу по-татарски с картофелем	180	40.5	Макаронными изделиями		
Тефтели из мяса с рисом	180	325.9	Котлета из мяса 2	70	16.9	Суфле из кур 2	70	365.7	и мясом 2			Капуста тушеная* 2	130	97
("ежики")			Хлеб ржаной	40	77.9	Хлеб ржаной	40	77.9	Хлеб ржаной	40	77.9	Котлета куриная	70	371
Хлеб ржаной	40	77.9	Компот из смеси сухофруктов	180	29.3	Компот из смеси сухофруктов	180	29.3	Компот из смеси сухофруктов	200	29.3	Хлеб ржаной	40	77.9
Компот из смеси сухофруктов	180	29.3										Компот из свежих яблок	180	46.1
УЖИН	500	598.4	УЖИН	475	475.9	УЖИН	550	554.1	УЖИН	500	453.3	УЖИН	500	441.2
Печенье	20	90.2	Печенье	10	45.1	Пирожок с вареной картошкой	70	217.4	Булочка "Сдобная"	70	185.5	Ватрушка с творогом	70	216.2
Картофельное пюре 1	130	179.8	Морковное пюре 2	60	58.8	Винегрет овощной 2	100	101.3	Макаронные изделия отварные	150	177	Рыба тушеная в томате с	200	197
Печень по - строгановски 1	110	263.3	Пудинг творожный 2	150/25	344	Котлеты рыбные 1	70	125.9	Яйцо отварное	40	62.8	овощами		
Хлеб пшеничный	40	0	Хлеб пшеничный	30	0	Хлеб пшеничный	30	0	Хлеб пшеничный	40	0	Хлеб пшеничный	30	0
Напиток из шиповника 1	200	65.1	Чай с сахаром 2	200	28	Напиток из шиповника 1	180	65.1	Чай с сахаром 2	200	28	Чай с сахаром 2	200	28
						Яблоко 2	100	44.4						
Примерная стоимость дня		1516.6	Примерная стоимость дня		1297.5	Примерная стоимость дня		1671.6	Примерная стоимость дня		1102.4	Примерная стоимость дня		1625.1