

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

1 неделя

Заведующий


 [Подпись]
 Н.Л. Барабаш
 "Утверждаю"

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	350	211.9	ЗАВТРАК	350	187.3	ЗАВТРАК	350	246.5	ЗАВТРАК	350	284.2	ЗАВТРАК	350	196.3
Каша манная молочная жидкая	150	158.8	Каша "Здоровье"	150	154.1	Каша "Геркулес" молочная	150	157.8	Каша ячневая молочная*	150	175.2	Икра кабачковая порционная 2	45	44.7
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1	жидкая 2			Рйцо отварное	20	31.4	Омлет натуральный 2	85	98.5
Чай с сахаром 2	170	20.1	Чай с сахаром 2	170	20.1	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1	Хлеб пшеничный с маслом	35/5	33
10 ЧАСОВ	100	30.5	10 ЧАСОВ	100	76.5	Кофейный напиток с молоком*1	170	55.7	Какао с молоком	150	64.5	Чай с сахаром 2	180	20.1
Напиток из шиповника 10	100	30.5	Снежок 2	100	76.5	10 ЧАСОВ	100	40	10 ЧАСОВ	100	56.4	10 ЧАСОВ	100	40
ОБЕД	460	296.5	ОБЕД	460	621.8	Сок 2	100	40	Кефир 2	100	56.4	Сок 2	100	40
Рассольник Ленинградский 2	150	98.6	Суп картофельный с клецками 2	150	137.4	ОБЕД	500	345.9	ОБЕД	460	381.9	ОБЕД	450	550.9
Каша гречневая с маслом 2	80	100.9	Плов с отварной птицей 2	130	405	Щи с капустой, картофелем	150	107	Свекольник 2	150	109.8	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	130.7
Гуляш из мяса 2	50	17.6	Хлеб ржаной	30	58.4	Картофель отварной 1	110	131.9	Запеканка картофельная с мясом 1	130	162.7	Пюре из свеклы (гарнир) 2	70	55.3
Хлеб ржаной	30	58.4	Компот из смеси сухофруктов	150	21	Тефтели из мяса	60	27.6	Хлеб ржаной	30	58.4	Суфле из кур 2	50	271.4
Компот из смеси сухофруктов	150	21				Хлеб ржаной	30	58.4	Напиток из шиповника 1	150	51	Хлеб ржаной	30	58.4
УЖИН	435	470.8	УЖИН	485	335.6	УЖИН	440	252.8	УЖИН	425	509.1	УЖИН	420	319.1
Булочка "Сдобная"	60	137.6	Картофель отварной	130	149.6	Печенье	10	45.1	Булочка "Нежная" 2	50	192.6	Печенье	10	45.1
Морковное пюре 2	50	47.2	Котлета рыбная 2	50	90.6	Икра кабачковая порционная	45	44.7	Рис отварной с маслом	130	169.2	Салат из белокочанной капусты	45	55.6
Пудинг творожный 25	130	233.7	Хлеб пшеничный	25	0	Омлет натуральный 2	80	98.5	Печень тушеная с овощами	70	127.2	Макаронные изделия отварные 2	110	109
Соус молочный 1	20	32.2	Напиток из шиповника 1	180	51	Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0	Биточки рыбные 2	50	89.3
Хлеб пшеничный	25	0	Яблоко 2	100	44.4	Чай с сахаром 2	180	20.1	Чай с сахаром 2	150	20.1	Хлеб пшеничный	25	0
Чай с сахаром 2	150	20.1				Яблоко 2	100	44.4				Чай с сахаром 2	180	20.1
Примерная стоимость дня	1009.7		Примерная стоимость дня	1221.2		Примерная стоимость дня	885.2		Примерная стоимость дня	1231.6		Примерная стоимость дня	1106.3	

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

2 недели

Заведующий  "Утверждаю"



Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	350	183.3	ЗАВТРАК	350	245.4	ЗАВТРАК	350	419.5	ЗАВТРАК	350	192	ЗАВТРАК	350	261.9
Каша "Дружба"	150	150.1	Икра кабачковая порционная	50	49.4	Пудинг творожный 25	130	239.9	Каша манная молочная жидкая	150	158.8	Каша гречневая с маслом	130	163.1
Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1	Омлет натуральный 2	85	98.5	Соус молочный	40	56.4	Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1	Кофейный напиток с молоком*	180	85.7
Чай с сахаром 2	170	20.1	Хлеб пшеничный с маслом	30/5	33	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33	Чай с сахаром 2	170	20.1	Хлеб пшеничный с повидлом	35/5	13.1
			Какао с молоком	180	64.5	Чай с молоком 1	150	90.2						
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	500	399.9	ОБЕД	490	426.2	ОБЕД	490	584.9	ОБЕД	490	531.1	ОБЕД	450	219.7
Борщ	150	117	Рассольник Ленинградский 2	150	104.9	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	130.7	Свекольник 2	150	109.8	Суп гороховый	150	102.6
Горошница	110	140.8	Картофельное пюре 1	110	151.6	макаронными изделиями			Овощи тушеные 22	110	70.5	Азу по-татарски с картофелем	120	23.6
Котлета из мяса* 1	60	32.7	Печень тушеная с овощами 2	50	90.3	Каша гречневая с маслом 2	100	119.4	Суфле из кур 2	50	271.4	и мясом 2		
Хлеб ржаной	30	58.4	Хлеб ржаной	30	58.4	Биточки куриные	60	255.4	Хлеб ржаной	30	58.4	Хлеб ржаной	30	58.4
Напиток из шиповника 1	150	51	Компот из смеси сухофруктов	150	21	Хлеб ржаной	30	58.4	Компот из смеси сухофруктов	150	21	Компот из свежих яблок	150	35.1
						Компот из смеси сухофруктов	150	21						
УЖИН	495	350.8	УЖИН	495	398.5	УЖИН	425	405.8	УЖИН	435	501	УЖИН	415	346
Ватрушка с творогом	50	152.6	Булочка "Дорожная" 2	50	150.7	Булочка "Домашняя" 2	50	172.6	Печенье	10	45.1	Пирожок с капустой	60	166.6
Суп молочный с макаронными изделиями 2	170	133.7	Винегрет овощной 2	80	75.1	Макаронные изделия отварные	130	150.3	Картофельное пюре 2	130	179.8	Рыба тушеная в томате с овощами	150	159.3
изделиями 2			Котлеты рыбные 1	60	108.2	Рйцо отварное	40	62.8	Печень по - строгановски 1	90	225.1			
Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0
Чай с сахаром 2	150	20.1	Чай с сахаром 2	180	20.1	Чай с сахаром 2	180	20.1	Напиток из шиповника 1	180	51	Чай с сахаром 2	180	20.1
Яблоко 2	100	44.4	Яблоко 2	100	44.4									
Примерная стоимость дня		974	Примерная стоимость дня		1083.3	Примерная стоимость дня		1466.6	Примерная стоимость дня		1264.1	Примерная стоимость дня		904.1

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

3 неделя

Заведующий

Н.Л. Барабаш

"Утверждаю"

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	350	215.1	ЗАВТРАК	350	234.3	ЗАВТРАК	350	181.5	ЗАВТРАК	330	191	ЗАВТРАК	340	231.9
Каша пшеница молочная 2	150	162	Каша "Дружба"	150	156.7	Суп молочный с макаронными	150	128.4	Каша "Теркулес" молочная	150	157.8	Икра кабачковая порционная	45	44.7
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1	изделиями 2			жидкая 2			Омлет натуральный 2	85	98.5
Чай с сахаром 2	170	20.1	Какао с молоком	170	64.5	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33
						Чай с сахаром 2	170	20.1	Чай с сахаром 2	150	20.1	Кофейный напиток с молоком*1	180	55.7
10 ЧАСОВ	100	33.9	10 ЧАСОВ	100	40	10 ЧАСОВ	100	56.4	10 ЧАСОВ	100	76.5	10 ЧАСОВ	100	13.2
Напиток из шиповника 10	100	33.9	Сок 2	100	40	Кефир 2	100	56.4	Снежок 2	100	76.5	Чай с сахаром 25	100	13.2
ОБЕД	460	601.4	ОБЕД	450	572.8	ОБЕД	500	315.2	ОБЕД	500	395.6	ОБЕД	460	354.8
Борщ	150	117	Суп картофельный с	150	130.7	Суп гороховый	150	102.6	Свекольник 2	150	109.8	Щи с капустой, картофелем	150	98
Плов с отварной птицей 2	130	405	макаронными изделиями			Рагу из овощей 2	110	122.8	Горошница	110	166	Запеканка картофельная с	130	163.3
Хлеб ржаной	30	58.4	Жаркое по-домашнему с	120	332.7	Котлета из мяса*1	60	10.4	Котлета из мяса*1	60	10.4	мясом 1		
Компот из смеси сухофруктов	150	21	курицей 1			Хлеб ржаной	30	58.4	Хлеб ржаной	30	58.4	Хлеб ржаной	30	58.4
			Хлеб ржаной	30	58.4	Компот из смеси сухофруктов	150	21	Напиток из шиповника 1	150	51	Компот из свежих яблок	150	35.1
			Напиток из шиповника 1	150	51									
УЖИН	495	427.3	УЖИН	475	502.8	УЖИН	470	352.2	УЖИН	415	361.7	УЖИН	435	467.2
Ватрушка с творогом	50	152.6	Булочка "Домашняя" 1	60	255.8	Салат из свеклы	45	53.3	Печенье	10	45.1	Пирожок с капустой	60	166.6
Макаронные изделия отварные	130	147.4	Винегрет овощной 2	80	75.1	Запеканка из печени с рисом.	150	234.4	Салат из белокачанной капусты	40	55.6	Пудинг творожный 25	130	229.3
Рисotto отварное	40	62.8	Котлеты рыбные 1	60	107.4	Хлеб пшеничный	25	0	Картофельное пюре 2	110	151.6	Соус молочный	40	51.2
Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0	Чай с сахаром 2	150	20.1	Биточки рыбные 2	50	89.3	Хлеб пшеничный	25	0
Чай с сахаром 2	150	20.1	Чай с сахаром 2	150	20.1	Яблоко 2	100	44.4	Хлеб пшеничный	25	0	Чай с сахаром 2	180	20.1
Яблоко 2	100	44.4	Яблоко 2	100	44.4				Чай с сахаром 2	180	20.1			
Примерная стоимость дня	1277.7		Примерная стоимость дня	1349.9		Примерная стоимость дня	905.3		Примерная стоимость дня	1024.8		Примерная стоимость дня	1067.1	

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

4 неделя

Заведующий

Н.Л. Барабаш

"Утверждаю"

Понедельник	Вых.	Калор	Вторник	Вых.	Калор	Среда	Вых.	Калор	Четверг	Вых.	Калор	Пятница	Вых.	Калор
ЗАВТРАК	350	207.2	ЗАВТРАК	350	239.6	ЗАВТРАК	350	241	ЗАВТРАК	350	263	ЗАВТРАК	340	212
Каша "Здоровье"	150	154.1	Каша пшеница молочная 2	150	162	Каша гречневая вязкая на	150	187.9	Каша рисовая молочная жидкая	150	175.4	Икра кабачковая порционная	45	44.7
Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1	Молоко	25/5	33	Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1	Омлет натертый 2	85	98.5
Чай с сахаром 2	170	20.1	Какао с молоком	170	64.5	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	33	Какао с молоком	170	64.5	Хлеб пшеничный с повидлом	25/5	13.1
10 ЧАСОВ	100	40	10 ЧАСОВ	100	56.4	Чай с сахаром 2	170	20.1	10 ЧАСОВ	150	20.1	Кофейный напиток с молоком*1	180	55.7
Сок 2	100	40	Кефир 2	100	56.4	Снежок 2	100	76.5	Чай с сахаром 2	150	20.1	Сок 2	100	40
ОБЕД	530	482.8	ОБЕД	490	363.6	ОБЕД	490	558.4	ОБЕД	450	220	ОБЕД	490	585.3
Салат из свеклы 2	40	47.3	Суп картофельный с клецками 2	150	120.6	Рассольник Ленинградский 2	150	98.6	Борщ	150	117	Суп картофельный с	150	182.1
Щи с капустой, картофелем	150	116	Картофельное пюре 1	110	151.6	Макаронные изделия отварные 2	110	109	Азу по-татарски с картофелем	120	23.6	Макаронными изделиями	110	78.1
Тефтели из мяса с рисом	160	240.1	Котлета из мяса 2	50	12	Суфле из кур 2	50	271.4	и мясом 2	30	58.4	Котлета куриная	30	58.4
("ежики")			Хлеб ржаной	30	58.4	Хлеб ржаной	30	58.4	Хлеб ржаной	30	58.4	Хлеб ржаной	30	58.4
Хлеб ржаной	30	58.4	Компот из смеси сухофруктов	150	21	Компот из смеси сухофруктов	150	21	Компот из смеси сухофруктов	150	21	Компот из смеси сухофруктов	150	21
Компот из смеси сухофруктов	150	21												
УЖИН	415	472.8	УЖИН	415	399.9	УЖИН	475	450	УЖИН	435	367.9	УЖИН	405	332
Печенье	10	45.1	Печенье	10	45.1	Пирожок с вареной картошкой	60	172.1	Булочка "Сдобная"	60	137.6	Ватрушка с творогом	50	152.6
Картофельное пюре 1	110	151.6	Морковное пюре 2	50	46.6	Винегрет овощной 2	80	75.1	Макаронные изделия отварные	130	147.4	Рыба тушеная в томате с	150	159.3
Печень по-строгановски 1	90	225.1	Пудинг творожный 2	130/20	288.1	Котлеты рыбные 1	60	107.4	Рис отварной	40	62.8	овощами		
Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0	Хлеб пшеничный	25	0
Напиток из шиповника 1	180	51	Чай с сахаром 2	180	20.1	Напиток из шиповника 1	150	51	Чай с сахаром 2	180	20.1	Чай с сахаром 2	180	20.1
						Яблоко 2	100	44.4						
Примерная стоимость дня	1202.8		Примерная стоимость дня	1059.5		Примерная стоимость дня	1325.9		Примерная стоимость дня	861		Примерная стоимость дня	1169.3	