|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **1-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Каша манная жидкая | 133 | **150** | **12.08** |
| Чай с сахаром | 43 | **180** | **8.79** |
| Бутерброд с маслом | 70 | **15\5** | **5.35** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Фрукт** в 10час | 62 | **100** | **17.25** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат из свеклы с чесноком | 43 | **40** | **3.47** |
| Рассольник домашний с мясом со сметаной | 70 | **150\10\5** | **17.41** |
| Филе птицы запеченное с яйцом | 91 | **50** | **19.44** |
| Каша гречневая вязкая | 109 | **120** | **5.19** |
| Компот из изюма | 52 | **150** | **2.56** |
| Хлеб пшеничный | 58 | **30** | **1.94** |
| Хлеб ржаной | 51 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Булочка с джемом | 146 | **50** | **11.86** |
| Кисломолочный напиток (снежок) | 75 | **160** | **20.73** |
| **ИТОГО** | **140р.28 к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **3-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Каша рисовая жидкая | 115 | **150** | **10.92** |
| Чай с молоком | 71 | **180** | **7.21** |
| Бутерброд с маслом и сыром | 68 | **15/5/5** | **10.35** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок** в 10час | 70 | **150** | **17.25** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком | 45 | **40** | **6.84** |
| Щи из свежей капусты с мясом со сметаной | 69 | **150/10/5** | **13.79** |
| Печень по-строгановски | 86 | **50** | **28.20** |
| Макароны отварные | 137 | **110** | **6.39** |
| Напиток из шиповника | 70 | **150** | **4.39** |
| Хлеб пшеничный | 19 | **10** | **0.65** |
| Хлеб ржаной | 69 | **40** | **2.48** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Вареники ленивые со сгущенным молоком | 169 | **130** | **43.54** |
| Чай с сахаром | 35 | **150** | **1.02** |
| **ИТОГО** | **153р.03к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **2-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Каша молочная ассорти (пшенично-ячневая) | 130 | **150** | **8.23** |
| Какао с молоком | 88 | **180** | **10.38** |
| Бутерброд с сыром | 69 | **20\10** | **9.65** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Яблоки печеные в** 10час | 70 | **130** | **23.33** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат из моркови и яблок | 56 | **40** | **5.60** |
| Суп гороховый с гренками | 97 | **150/15** | **7.51** |
| Жаркое по-домашнему | 196 | **150** | **43.95** |
| Компот из свежих яблок | 61 | **180** | **6.37** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 51 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Печенье | 92 | **30** | **8.40** |
| Молоко питьевое кипяченое | 107 | **180** | **11.15** |
| **ИТОГО** | **137р.72к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **4-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Суп молочный с макаронами | 111 | **150** | **9.0** |
| Чай с сахаром | 43 | **180** | **1.19** |
| Бутерброд с маслом | 70 | **15\5** | **5.35** |
| Яйца вареные | 63 | **40** |  |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Напиток из шиповника**  в 10час | 70 | **150** | **4.39** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат из капусты белокочанной | 41 | **40** | **7.23** |
| Суп картофельный с рыбой | 115 | **150/50** | **20.79** |
| Котлета запеченная | 110 | **50** | **22.97** |
| Рагу овощное | 94 | **120** | **13.62** |
| Компот из сухофруктов | 46 | **150** | **2.7** |
| Хлеб пшеничный | 19 | **10** | **0.65** |
| Хлеб ржаной | 52 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Вафли | 108 | **30** | **9.0** |
| Молоко питьевое кипячёное | 107 | **180** | **11.71** |
| **ИТОГО** | **119р.86 к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **5-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Каша гречневая жидкая | 123 | **150** | **10.71** |
| Кофейный напиток | 82 | **180** | **7.65** |
| Бутерброд с джемом | 88 | **15/10** | **2.80** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок** в 10час | 70 | **150** | **17.25** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Икра морковная | 43 | **40** | **5.91** |
| Борщ с мясом со сметаной | 97 | **150/10/5** | **16.24** |
| Рыба, припущенная в сметане | 102 | **60** | **19.07** |
| Пюре картофельное | 117 | **120** | **8.06** |
| Кисель из свежих ягод | 56 | **150** | **3.53** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 52 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Сдоба обыкновенная | 150 | **50** | **42.68** |
| Кисломолочный напиток (йогурт) | 61 | **160** | **35.15** |
| **ИТОГО** | **137р.05 к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **7-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Каша пшеничная жидкая | 131 | **150** | **12.38** |
| Какао с молоком | 88 | **180** | **10.38** |
| Печенье | 70 | **20** | **5.6** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок** в 10час | 70 | **150** | **17.25** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат картофельный с кукурузой и морковью «Мазаика» | 50 | **40** | **18.45** |
| Свекольник с мясом со сметаной | 97 | **150/10/5** | **16.1** |
| Биточки печеночные | 106 | **60** | **40.98** |
| Каша гречневая вязкая | 120 | **109** | **6.06** |
| Компот из сухофруктов | 46 | **150** | **2.7** |
| Хлеб пшеничный | 38 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 34 | **20** | **1.24** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Полоска песочная со сгущенным молоком | 151 | **50** | **16.56** |
| Чай с сахаром | 35 | **150** | **1.02** |
| **ИТОГО** | **162р.36к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **6-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Каша ячневая жидкая | 150 | **150** | **12.02** |
| Чай с сахаром | 43 | **180** | **1.19** |
| Бутерброд с маслом | 70 | **15\5** | **5.35** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок с витаминами в** 10час | 70 | **150** | **17.13** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат «Степной» из разных овощей | 42 | **40** | **6.47** |
| Суп с мясными фрикаделькам | 92 | **150/15** | **16.04** |
| Плов из птицы | 193 | **130** | **31.04** |
| Компот из свежих яблок | 61 | **180** | **6.37** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 51 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Запеканка «Царская» из творога со сгущенным молоком | 125 | **130** | **47.79** |
| Молоко питьевое кипяченое | 80 | **150** | **9.79** |
| **ИТОГО** | **156р.99 к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **8-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Суп молочный с крупой | 89 | **150** | **7.98** |
| Кофейный напиток | 69 | **150** | **5.97** |
| Бутерброд с джемом | 88 | **15/10** | **2.80** |
| Яйцо варенное | 63 | **40** | **9.40** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок в** 10час | 70 | **150** | **17.24** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Свекла отварная с маслом растительным | 41 | **40** | **3.4** |
| Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 90 | **150/10/5** | **16.38** |
| Котлеты рыбные любительские | 104 | **60** | **13.78** |
| Пюре картофельное | 117 | **120** | **8.06** |
| Компот из свежих яблок | 61 | **180** | **6.37** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 51 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Вафли | 130 | **40** | **12.0** |
| Чай с молоком | 71 | **180** | **7.21** |
| **ИТОГО** | **104р.34 к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **9-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Омлет натуральный с подгарнировкой | 127 | **150** | **38.1** |
| Чай с сахаром | 43 | **180** | **1.19** |
| Бутерброд с сыром | 69 | **20/10** | **9.65** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Яблоки печеные** в 10час | 70 | **130** | **23.33** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Винегрет овощной | 46 | **40** | **4.65** |
| Суп лапша домашняя с курицей | 99 | **150/10** | **10.35** |
| Шницель из мяса | 106 | **50** | **23.01** |
| Овощи, припущенные в сметане | 87 | **120** | **20.63** |
| Компот из кураги | 52 | **150** | **2.7** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 52 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Булочка «Нежная» | 155 | **50** | **11.97** |
| Кисломолочный напиток «Снежок» | 66 | **160** | **20.73** |
| **ИТОГО** | **168р.03 к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| https://avatars.mds.yandex.net/i?id=69c46294046dd70598231bc0ead7b165988ac0a5-9067430-images-thumbs&n=13  **10-ый день** | Утверждаю  Ст. воспитатель:  А.А. Склюева |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | **калорийность** | **нетто** | **цена** |
| **ЗАВТРАК** |  |  |  |
| Каша из овсяных хлопьев «Геркулес» жидкая | 154 | **150** | **8.76** |
| Чай с лимоном | 42 | **180** | **2.53** |
| Бутерброд с маслом | 70 | **15/5** | **5.35** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок** в 10час | 70 | **150** | **18.75** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат из моркови с сыром | 50 | **40** | **8.55** |
| Уха рыбацкая | 122 | **150/50** | **20.58** |
| Биточки, рубленные из птицы запеченные | 126 | **60** | **20.97** |
| Макароны отварные | 105 | **120** | **13.6** |
| Кисель из свежих ягод | 56 | **150** | **3.53** |
| Хлеб пшеничный | 19 | **10** | **0.65** |
| Хлеб ржаной | 34 | **20** | **1.24** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Суфле творожное со сладкой глазурью | 176 | **130** | **51.86** |
| Чай с сахаром | 35 | **150** | **1.02** |
| **ИТОГО** | **157р.39 к.** | | |