|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 169 | **200** | **17.20** |
| Чай с сахаром | 51 | **200** | **1.66** |
| Бутерброд с маслом | 70 | **15\5** | **5.35** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Фрукт в** 10час | 62 | **100** | **11.62** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат из свеклы с чесноком | 56 | **60** | **6.03** |
| Рассольник домашний с мясом со сметаной | 88 | **180\10\5** | **18.53** |
| Филе птицы запеченное с яйцом | 125 | **70** | **49.98** |
| Каша гречневая вязкая | 178 | **150** | **7.67** |
| Компот из изюма | 55 | **180** | **3.11** |
| Хлеб пшеничный | 58 | **30** | **1.93** |
| Хлеб ржаной | 51 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Булочка с джемом | 146 | **50** | **32.65** |
| Кисломолочный напиток (снежок) | 122 | **200** | **26** |
| **ИТОГО** | **185р.65к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 163 | **200** | **15.4** |
| Чай с молоком | 71 | **180** | **7.25** |
| Бутерброд с маслом и сыром | 68 | **20/5/10** | **14.53** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок в** 10час | 91 | **200** | **22.99** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат картофельный с огурцами и зеленым горошком | 83 | **60** | **10.47** |
| Щи из свежей капусты с мясом со сметаной | 71 | **180/10/5** | **14.18** |
| Печень по-строгановски | 143 | **80** | **36.12** |
| Макароны отварные | 178 | **150** | **10.25** |
| Напиток из шиповника | 91 | **180** | **15.85** |
| Хлеб пшеничный | 19 | **10** | **0.65** |
| Хлеб ржаной | 69 | **40** | **2.48** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Вареники ленивые со сгущенным молоком | 237 | **150** | **52.46** |
| Чай с сахаром | 43 | **180** | **1.17** |
| **ИТОГО** | **196р.80к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 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) | 169 | **200** | **11.85** |
| Какао с молоком | 115 | **200** | **10.64** |
| Бутерброд с сыром | 83.3 | **20\15** | **14.66** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Яблоки печеные в** 10час | 89 | **150** | **17.84** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат из моркови и яблок | 70 | **60** | **3.13** |
| Суп гороховый с гренками | 137 | **180\20** | **9.13** |
| Жаркое по домашнему | 252 | **200** | **59.66** |
| Компот из свежих яблок | 81.4 | **200** | **6.16** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 69 | **40** | **2.48** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Печенье | 148 | **50** | **14.00** |
| Молоко питьевое кипяченое | 118 | **200** | **13.00** |
| **ИТОГО** | **168р.50 к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 157 | **200** | **12.63** |
| Чай с сахаром | 51 | **200** | **1.4** |
| Бутерброд с маслом | 70 | **15\5** | **5.35** |
| Яйца вареные | 63 | **40** | **9.40** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Напиток из шиповника**  в 10час | 91 | **180** | **5.56** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат из капусты белокочанной | 60 | **60** | **8.43** |
| Суп картофельный с рыбой | 144 | **180/50** | **22.42** |
| Котлета запеченная | 145 | **70** | **31.54** |
| Рагу овощное | 116 | **150** | **16.63** |
| Компот из сухофруктов | 62 | **180** | **3.61** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 51 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Вафли | 151 | **50** | **15.00** |
| Молоко питьевое кипячёное | 118 | **200** | **13.00** |
| **ИТОГО** | **148р.16 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 | 186 | **200** | **15.54** |
| Кофейный напиток | 90.9 | **200** | **9.36** |
| Бутерброд с джемом | 88 | **20/20** | **4.95** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок** в 10час | 91 | **200** | **25.00** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Икра морковная | 61 | **60** | **8.99** |
| Борщ с мясом со сметаной | 111 | **180/10/5** | **16.86** |
| Рыба, припущенная в сметане | 121 | **80** | **26.22** |
| Пюре картофельное | 143 | **150** | **9.47** |
| Кисель из свежих ягод | 64.3 | **180** | **4.15** |
| Хлеб пшеничный | 58.5 | **30** | **1.94** |
| Хлеб ржаной | 68.5 | **40** | **2.48** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Сдоба обыкновенная | 150 | **50** | **6.59** |
| Кисломолочный напиток (йогурт) | 118 | **200** | **44.09** |
| **ИТОГО** | **175р.64 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 | 162 | **200** | **12.70** |
| Какао с молоком | 115 | **200** | **10.55** |
| Печенье | 100 | **30** | **8.40** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок в** 10час | 91 | **200** | **25.00** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат картофельный с кукурузой и морковью «Мазаика» | 71 | **60** | **13.71** |
| Свекольник с мясом со сметаной | 104 | **180/10/5** | **17.84** |
| Биточки печеночные | 141 | **80** | **54.46** |
| Каша гречневая вязкая | 178 | **150** | **7.67** |
| Компот из сухофруктов | 62 | **180** | **3.61** |
| Хлеб пшеничный | 38 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 34 | **20** | **1.24** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Полоска песочная со сгущенным молоком | 151 | **50** | **16.61** |
| Чай с сахаром | 51 | **200** | **1.40** |
| **ИТОГО** | **186р.48 к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 196 | **200** | **16.97** |
| Чай с сахаром | 51 | **200** | **1.4** |
| Бутерброд с маслом | 70 | **15\5** | **5.35** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок с витаминами в** 10час | 91 | **200** | **25.00** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат «Степной» из разных овощей | 49 | **60** | **10.78** |
| Суп с мясными фрикаделькам | 109 | **180/15** | **24.19** |
| Плов из птицы | 269 | **200** | **41.22** |
| Компот из свежих яблок | 81.4 | **200** | **6.16** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 69 | **40** | **2.48** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Запеканка «Царская» из творога со сгущенным молоком | 184.7 | **150** | **54.1** |
| Молоко питьевое кипяченое | 95 | **180** | **11.71** |
| **ИТОГО** | **201р.62 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 | 128 | **200** | **11.26** |
| Кофейный напиток | 71 | **180** | **9.36** |
| Бутерброд с джемом | 88 | **20/20** | **4.95** |
| Яйцо варенное | 63 | **40** | **9.40** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок в** 10час | 89 | **200** | **25.00** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Свекла отварная с маслом растительным | 108 | **60** | **4.78** |
| Рассольник Ленинградский с мясом и сметаной | 108 | **180/10/5** | **18.43** |
| Котлеты рыбные любительские | 148 | **80** | **18.53** |
| Пюре картофельное | 143 | **150** | **9.47** |
| Компот из свежих яблок | 81.4 | **200** | **6.62** |
| Хлеб пшеничный | 39 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 69 | **40** | **2.48** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Вафли | 166 | **50** | **15.00** |
| Чай с молоком | 89 | **200** | **7.45** |
| **ИТОГО** | **144р.02к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 151 | **180** | **15.48** |
| Чай с сахаром | 51 | **200** | **1.42** |
| Бутерброд с сыром | 83.3 | **20/15** | **14.66** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Яблоки печеные** в 10час | 89 | **150** | **26.95** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Винегрет овощной | 71 | **60** | **9.81** |
| Суп лапша домашняя с курицей | 115 | **180/10** | **12.88** |
| Шницель из мяса | 149 | **70** | **32.56** |
| Овощи, припущенные в сметане | 115 | **150** | **27.49** |
| Компот из кураги | 67 | **180** | **9.82** |
| Хлеб пшеничный | 34 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 52 | **30** | **1.86** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Булочка «Нежная» | 155 | **50** | **12.52** |
| Кисломолочный напиток «Снежок» | 125 | **200** | **30.52** |
| **ИТОГО** | **229р.37к.** | | |

|  |  |
| --- | --- |
| 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 | 196 | **200** | **12.58** |
| Чай с лимоном | 42 | **180** | **2.42** |
| Бутерброд с маслом | 111 | **20/10** | **10.05** |
| **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |
| **Сок** в 10час | 91 | **200** | **25.00** |
| **ОБЕД** |  |  |  |
| Салат из моркови с сыром | 78.6 | **60** | **11.97** |
| Уха рыбацкая | 140 | **180/50** | **22.13** |
| Биточки рубленные из птицы запеченные | 156 | **70** | **16.1** |
| Макароны отварные | 147 | **150** | **19.37** |
| Кисель из свежих ягод | 64.3 | **180** | **4.15** |
| Хлеб пшеничный | 38 | **20** | **1.29** |
| Хлеб ржаной | 34 | **20** | **1.24** |
| **ПОЛДНИК** |  |  |  |
| Суфле творожное со сладкой глазурью | 236 | **150** | **60.01** |
| Чай с сахаром | 43 | **180** | **1.25** |
| **ИТОГО** | **187р.57 к.** | | |