**Перспективное меню 2020-21 год (зима -весна)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **2 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **3 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **4 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **5 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** |
| **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** |
| Каша молочная геркулесовая | 200 | 250 | Каша манная | 200 | 250 | Каша пшенная  молочная | 200 | 250 | Каша кукурузная молочная | 200 | 250 | Каша молочная «Дружба» | 200 | 250 |
|
| Хлеб с маслом | 30/6 | 30/6 | Хлеб с маслом с сыром | 30/6/10 | 30/6/10 | Хлеб с маслом | 30/6 | 30/6 | Хлеб с маслом с сыром | 30/6/10 | 30/6/10 | Хлеб с маслом | 30/6 | 30/6 |
| Цикорий с молоком | 200 | 220 | Какао с молоком | 200 | 220 | Чай с молоком | 200 | 220 | Какао  с молоком | 200 | 220 | Цикорий с молоком | 200 | 2200 |
| **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 |
| фрукты | Фруктовый сок | фрукты | Фруктовый сок | Фруктовый сок |
| **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  |
| Салат морковный, с р/м, с чесноком | 50 | 50 | Салат из свежей капусты | 50 | 50 | Салат свекла с морковкой | 50 | 50 | Овощной  (соленый огурец, зел. горошек, картофель) | 50 | 50 | Салат из свежей капусты с кукурузой | 50 | 50 |
| Суп-чечевичный на к./б | 150 | 200 | Суп лапша на кур/ б | 150 | 200 | Гречневый на к/б | 150 | 200 | Суп с волна на к/б | 150 | 200 | Рассольник домашний на к/б со сметаной | 150 | 200 |
| Азу с мясом | 170 | 170 | Плов с курицей | 170 | 170 | Овощи тушенные с мясом | 170 | 170 | Бигус | 170 | 170 | Пельмени с мясом | 170 | 170 |
| Кисель фруктов вит. «С» | 170 | 170 | Компот из сух.фр. вит. «С» | 170 | 170 | Кисель фруктов вит. « Плодовые ягодный» | 170 | 170 | Компот из сух.фр. вит. «С» | 170 | 170 | Компот с изюмом вит. «С» | 170 | 170 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 |
| **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  |
| Суп молочный вермишелевый | 170 | 170 | Суп с рыбными фрикадельками | 170 | 170 | Творожно- вермишелевая запеканка со сладким соусом | 170 /20 | 170 /20 | Отварная рожки с рубленным яйцо | 170 | 170 | Омлет | 120 | 150 |
| Салат морковный | 50 | 50 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 | Хлеб | 30 | 30 | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | Хлеб пшеничный. | 30 | 30 | Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Вафля | 30 | 50 | Печенье | 30 | 50 | Снежок | 200 | 220 | Чай с молоком | 180 | 220 |
| Чай с молоком | 180 | 220 | Кефир | 200 | 220 | Молоко | 200 | 220 |

**Перспективное меню 2020-21 год (зима -весна)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **6 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **7 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **8 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **9 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **10 день** | **с 3-х до 5 лет** | **5-7** |
| **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** |
| Каша пшеничная молочная | 200 | 250 | Каша ячневая молочная | 200 | 250 | Каша "молочная геркулесовая | 200 | 250 | Каша рисовая молочная | 200 | 250 | Каша гречневая молочная | 200 | 250 |
| Хлеб пшеничный  с сл. маслом, сыром | 30/6 /10 | 30/6 /10 | Хлеб пшеничный  с маслом сл. | 30/6 | 30/6 | Хлеб пшеничный  с сл. маслом, сыром | 30/6 /10 | 30/6/10 | Хлеб пшеничный  с маслом сл. | 30/6 | 30/6 | Хлеб пшеничный  с маслом сл, с сыром | 30/6/10 | 30/6 /10 |
| Чай с молоком | 200 | 220 | Какао с молоком | 200 | 220 | Цикорий с молоком | 200 | 220 | Чай с молоком | 200 | 220 | Цикорий с молоком | 200 | 220 |
| **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 |
| фрукты | Фруктовый сок | фрукты | Фруктовый сок | фрукты |
| **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  |
| Салат морковный с сахаром «Зайка» | 50 | 50 | Салат из свеклы с курагой | 50 | 50 | Салат овощной (морковь, соленный огурцы) | 50 | 50 | Фасолевый салат с огурцом | 50 | 50 | Салат из свежей капустой и кукурузой консервированный | 50 | 50 |
|
| Суп борщ на к/б., со сметаной | 150 | 200 | Суп  вермишелевый  на кур/б, | 150 | 200 | Суп гороховый на к/б, | 150 | 200 | Свекольник на к/б со сметаной | 150 | 200 | Суп харчо на к/б. | 150 | 200 |
| Гуляш с гречкой | 170 | 170 | Жаркое с курицей | 170 | 170 | Ленивые голубцы отварные рожки с соусом | 70 110 | 80 / 110 | Мясные котлеты с перловой кашей с подливом | 70/110 | 80/120 | Зразы мясные с яйцом и луком, отварные рожки. Соус | 70/110 | 80/130 |
| Кисель фруктовый вит. «С» | 170 | 170 | Компот из сух.фр. вит. «С» | 170 | 170 | Кисель фруктовый вит. | 170 | 170 | Компот плодово ягодный | 170 | 170 | Кисель фруктовый вит» | 170 | 170 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 |
| **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  |
| Вареники с творогом | 170 | 170 | Котлета рыбная отварная рис с соусом | 70/110  /20 | 80/120  /20 | Картофельное пюре с маслом | 150 | 170 | Ленивые вареники с творогом | 170 | 170 | Овощи ту щённые | 180 | 200 |
| Салат витаминный | 40 | 40 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | Хлеб пшеничный. | 30 | 30 | Хлеб пшеничный. | 30 | 30 | Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Йогурт | 200 | 220 | Чай с молоком | 200 | 220 | Молоко | 200 | 220 | Чай с молоком | 200 | 220 | Чай сладкий | 200 | 220 |
|

**Перспективное меню 2020-21 год (зима -весна)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **11 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **12 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **13 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **14 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **15 день** | **с 3-х до 5 лет** | **5-7** |
| **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** |
| Каша «Дружба» | 200 | 250 | Каша пшенная молочная | 200 | 250 | Каша геркулесовая молочная | 200 | 250 | Каша кукурузная молочная | 200 | 250 | Каша гречневая молочная | 200 | 250 |
|
| Хлеб пшеничный масло сл. с сыром | 30/6 /10 | 30/6/10 | Хлеб пшеничный  масло сл. | 30/6 | 30/6 | Хлеб пшеничный  масло сл. с сыром | 30/6 /10 | 30/6 /10 | Хлеб пшеничный  масло | 30/6 | 30/6 | Хлеб пшеничный  масло сл. с сыром | 30/6/10 | 30/6 /10 |
| Чай с лимоном | 200 | 220 | Цикорий с молоком | 200 | 220 | Чай с лимоном | 200 | 220 | Какао с молоком | 200 | 220 | Чай с молоком | 200 | 220 |
| **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 |
| Фруктовый сок | фрукты | Фруктовый сок | фрукты | Фруктовый сок |
| **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  |
| Салат из зеленого горошка | 50 | 50 | Салат витаминный (морковь, яблока) | 50 | 50 | Салат свекла с изюмом | 50 | 50 | Овощной салат зеленый горошек, капуста, морковь | 50 | 50 | Салат «Витаминный» капуста. морковь, яблока | 50 | 50 |
|
| Солянка на мясном бульоне | 150 | 200 | Суп лапша на кур/б | 150 | 200 | Суп рассольник на к/б | 150 | 200 | Суп борщ на к/б, со сметаной | 150 | 200 | Фасолевый на к/б, со сметаной | 150 | 200 |
| Вареники с картошкой | 170 | 170 | Куриные котлеты с картофельном пюре | 70/110 | 80/120 | Тефтели с гороховым пюре | 70/110 | 80/120 | Плов | 170 | 170 | Рулет мясной с луком и яйцом, с тушённой капустой | 70/110/20 | 80/120/20 |
| Кисель фруктовый вит. «С» | 170 | 170 | Компот из кураги вит. «С» | 170 | 170 | Компот из яблок и груш вит. «С» | 170 | 170 | Кисель фруктовый вит. «С» | 170 | 170 | Компот из сух,/фр. вит. «С» | 170 | 170 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 |
| **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  |
| Суп молочный гречневый | 170 | 170 | Суп фасолевый на к/б | 180 | 200 | Винегрет | 50 | 50 | Отварные рожки с тертым сыром | 170/5 | 170/5 | Тефтели с рыбные с рожками | 180 | 180 |
| Яйцо вареный | 1,0 | 1,0 | Хлеб пшеничный | 30 | 30 | Хлеб | 30 | 30 |
| Хлеб пшеничный. | 30 | 30 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 30 | 30 |
| Печенье | 30 | 50 | Булочки домашние | 30 | 30 |
| Снежок | 200 | 220 | Чай с молоком | 200 | 220 | Молоко | 200 | 220 | Чай с молоком | 200 | 220 | йогурт | 200 | 220 |

**Перспективное меню 2020-21год (зима -весна)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **16 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **17 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **18 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **19 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** | **20 день** | **с 3-х до 5 лет** | **с 5-ти до 7 лет** |
| **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** | **Завтрак** |
| Каша кукурузная молочная | 200 | 250 | Каша "Дружба " молочная | 200 | 250 | Каша пшеничная молочная | 200 | 250 | Каша пшенная молочная | 200 | 250 | Каша рисовая молочная | 200 | 250 |
|
| Хлеб пшеничный  масло сл. | 30/6 | 30/6 | Хлеб пшеничный  масло сл., с сыром | 30/6/10 | 30/6 /10 | Хлеб пшеничный  масло сл. | 30/6 | 30/6 | Хлеб пшеничный  с маслом сл. с сыром | 30/6 /10 | 30/6 /10 | Хлеб пшеничный  с маслом сл. | 30/6 | 30/6 |
| Чай с молоком | 200 | 220 | Какао с молоком | 200 | 220 | Цикорий с молоком | 200 | 220 | чай с лимоном | 200 | 220 | Цикорий с молоком | 200 | 220 |
| **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 | **10.00 часов** | 60 | 60 |
| Фрукты | Сок | Фрукты | Фруктовый сок | Фрукты |
| **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  | **Обед** |  |  |
| Салат витаминный Свекла с яблоками | 50 | 50 | Салат луковый | 50 | 50 | Салат морковный | 50 | 50 | Салат «Витаминный» | 50 | 50 | Салат фасолевый с соленным огурцом | 50 | 50 |
|
| Суп крестьянский на к./б | 150 | 200 | Суп чечевичный на к/б | 150 | 200 | Суп овощной к./б | 150 | 200 | Суп гороховый на к/б | 150 | 200 | Суп гречневый суп на к/б | 150 | 200 |
| Бефстроганов со сложным гарниром | 170 | 180 | Плов | 170 | 170 | Фрикадельки мясная с отварной гречкой с соусом | 70/110/20 | 80/120/20 | Запеканка картофельное с мясом | 170 | 180 | Пельмени | 170 | 170 |
| Кисель фруктовый вит. «С» | 170 | 170 | Компот из свежих фруктов вит. «С» | 170 | 170 | Кисель фруктовый вит. «С» | 170 | 170 | Компот из свежих фруктов вит. «С» | 170 | 170 | Кисель фруктовый вит. «С» | 170 | 170 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 | Хлеб пшеничный | 20 | 20 |
| Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 | Хлеб ржаной | 40 | 40 |
| **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  | **Ужин** |  |  |
| Сырники творожные со сладким соусом | 150/10 | 170/10 | Овощи тущеные | 170 | 200 | Суп картофельный на к/б с гренками | 170 | 200 | Творожно- яблочная запеканка со сладкой подливой | 150/20 | 180/20 | Суп с фрикадельками рыбный | 170 | 170 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 30 | Хлеб пшеничный  . | 30 | 30 | Хлеб пшеничный. | 30 | 30 | Хлеб пшеничный. | 30 | 30 | Хлеб | 20 | 20 |
| Печенье | 30 | 500 | Вафли | 30 | 50 |
| Чай с молоком | 200 | 220 | Молоко | 200 | 2200 | Чай с молоком | 200 | 220 | Чай сладкий | 200 | 220 | Йогурт | 200 | 220 |