

Основное меню Ясли (рацион)

1 день понедельник		2 день вторник		3 день среда		4 день четверг		5 день пятница	
Завтрак									
Каша рисовая молочная(160) *	180	Бутерброд с маслом(30) *	30	Каша овсяная ("Геркулес")(150) *	150	Каша пшеничная молочная.(180) *	180	Омлет натуральный(160) *	160
Бутерброд с маслом(20) *	20	Кофейный напиток с молоком(150) *	150	Бутерброд с маслом(20) *	20	Бутерброд с джемом(40) *	40	икра кабачковая(30) *	30
Сыр российский (порц)(10) *	10			Сыр российский (порц)(10) *	10	Чай с сахаром(180) *	180	Бутерброд с маслом(30) *	30
Чай с молоком(150) *	180			Чай с сахаром(180) *	180			Чай с сахаром(180) *	180
Завтрак 2									
Персики(60) *	60	Кисломолочный напиток Снежок(75) *	75	Апельсины(95) *	95	Кефир(80) *	80	Бананы(100) *	100
		Печенье(30) *	30			Пряники "Детские"(25) *	25		
Обед									
Борщ с капустой и картофелем(200) *	200	Щи из свежей капусты(150) *	150	Суп с клецками(150) *	150	Суп картофельный	100	Суп картофельный с макаронными изделиями(200) *	200
Биточки из говядины(80) *	80	Тефтели мясные(80) *	80	Жаркое по-домашнему 1-3 года	170	Плов из курицы(150) *	150	Гуляш из мяса(65) *	65
Пюре картофельное(110) *	110	Макароны отварные с маслом(140) *	140	Салат витаминный(40) *	40	Салат из свеклы(40) *	30	Картофельное пюре(110) *	110
Салат витаминный(40) *	40	Салат из свежих огурцов(60) *	60	Хлеб пшеничный 20(20) *	20	Хлеб пшеничный 20(20) *	20	Салат из свежих огурцов(60) *	60
Хлеб пшеничный 20(20) *	20	Хлеб пшеничный 20(20) *	20	Хлеб ржаной(40) *	40	Хлеб ржаной(40) *	40	Хлеб пшеничный 20(20) *	20
Хлеб ржаной(40) *	40	Хлеб ржаной(40) *	40	Сок(180) *	180	Кисель из кураги(200) *	200	Хлеб ржаной(40) *	40
Компот из свежих ягод	100	Компот из свежих фруктов(150) *	150					Компот из сухофруктов(200) *	200
Полдник									
Рыба, запеченная с картофелем(180) *	180	Вареники ленивые (полуфабрикат)	100	Рыба по -польски(150) *	150	Запеканка рисовая с творогом(205) *	205	Каша с ягодами 1-3 года	150
Салат из свежих помидоров(40) *	40	Батон	30	Салат из горошка зеленого консервированного(40) *	40	Сдоба(75) *	75	Хлеб пшеничный 20(20) *	20
Хлеб пшеничный 20(20) *	20	чай с лимоном(200) *	200	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Какао с молоком(180) *	180	Какао с молоком(180) *	180
Кофейный напиток(180) *	180	Сок(100) *	100	Кофейный напиток(180) *	180	Груши(55) *	55	Оладьи (1-3 года)	65
				Яблоки(75) *	75				
Завтрак									
Завтрак 2									

6 день понедельник		7 день вторник		8 день среда		9 день четверг		10 день пятница	
Завтрак									
Каша манная(160) *	160	Каша пшеничная(140) *	140	Макароны с маслом и сыром(130) *	130	Каша гречневая молочная(170) *	170	Омлет натуральный(160) *	160
Бутерброд с маслом(30) *	30	Бутерброд с маслом(30) *	30	икра кабачковая(30) *	30	Бутерброд с маслом(30) *	30	Горошек зеленый(20) *	20
Сыр российский (порц)(10) *	10	Какао с молоком(180) *	180	Бутерброд с маслом(30) *	30	Кофейный напиток(180) *	180	Бутерброд с маслом(30) *	30
Чай с сахаром(180) *	180			Чай с сахаром(180) *	180			Сыр российский (порц)(10) *	10
								Чай с сахаром(180) *	180
Завтрак 2									

1 неделя

2 недели

Ряженка(80) *	80	Персики(60) *	60	Сок(100) *	100	Кисломолочный напиток Снежок(75) *	75	Сок(100) *	100
						Пряники "Детские"(25) *	25		
Обед									
Борщ(150) *	150	Суп с фрикадельками.(200) *	200	Суп-лапша домашняя(150) *	150	Свекольник(150) *	150	Борщ с картофелем(200) *	200
Котлеты рубленые(80) *	80	Биточки из говядины(80) *	80	Запеканка картофельная с мясом или печенью с маслом	100	Жаркое по-домашнему с мясом (курицей)(160) *	160	Биточки паровые(80) *	80
Картофельное пюре(110) *	110	Капуста тушеная(150) *	150	Салат из горошка зеленого консервированного(40) *	40	Свекла тушеная(30) *	30	Картофельное пюре(130) *	130
Помидоры свежие(30) *	30	Хлеб пшеничный 20(20) *	20	Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Хлеб пшеничный 20(20) *	20	Салат из свежих огурцов(60) *	60
Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Хлеб ржаной(40) *	40	Хлеб ржаной(40) *	40	Хлеб ржаной(40) *	40	Хлеб пшеничный 20(20) *	20
Хлеб ржаной(40) *	40	Компот из свежих фруктов(200) *	200	Компот из сухофруктов(200) *	200	Компот из кураги(150) *	150	Хлеб ржаной(40) *	40
Сок(180) *	180							Компот из свежих ягод	100
Полдник									
Пудинг рыбный(150) *	150	Запеканка из творога со сметаной(150) *	150	Рыба под омлетом(200) *	200	Запеканка рисовая с творогом(205) *	205	Рыба соленая (порциями)	25
Икра кабачковая(40) *	40	Сдоба(75) *	75	Салат витаминный(40) *	40	Хлеб пшеничный 20(20) *	20	Картофель отварной 336	100
Хлеб пшеничный 30(30) *	30	Кофейный напиток с молоком(200) *	200	Хлеб пшеничный 20(20) *	20	Какао с молоком(180) *	180	Салат из свежих помидоров с луком(60) *	60
Чай с сахаром(180) *	180	Яблоки	95	Кофейный напиток(180) *	180	Булочка "Веснушка"(50) *	50	Хлеб пшеничный 20(20) *	20
Персики(60) *	60			Груши(55) *	55	Груши(55) *	55	Кофейный напиток(180) *	180