**ПОНЕДЕЛЬНИК 1 НЕДЕЛЯ**

**Завтрак**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Ясли/сад (энергетическая ценность)** | **Ясли/сад (масса порции)** |
| Каша молочная жидкая «Дружба» | 150,1/180,2 | 150/180 |
| Чай с сахаром и молоком | 102,0/102,0 | 180/180 |
| Масло (порциями) | 66,1/66,1 | 10/10 |
| Кекс чайный | 73,4/110,1 | 20/30 |
| **Второй завтрак** | | |
| Сок фруктовый | 66,0/79,2 | 150/180 |
| **Обед** | | |
| Суп картофельный с горохом лущеным | 87,0/115,3 | 150/ 200 |
| Капуста тушеная с мясом свинины (ясли) | 248,2/ | 150/ |
| Биточек «Нежный» | - /198,9 | -/ 70 |
| Капуста тушеная | -/115,1 | -/ 150 |
| Напиток из яблок сушеных | 37,7/45,3 | 150/180 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 62,6/78,3 | 36/45 |
|  |  |  |
| **Уплотненный полдник** | | |
| Тефтели рыбные с соусом | 140,5/172,5 | 60/40-90/50 |
| Рис с овощами | 179,3/211,7 | 110/130 |
| Чай без сахара | 0,4/0,5 | 150/180 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 78,6/91,7 | 30/35 |

Медицинская сестра по питанию Никитина В.А

**ВТОРНИК 1 НЕДЕЛЯ**

**Завтрак**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Ясли/сад (энергетическая ценность)** | **Ясли/сад (масса порции)** |
| Каша молочная из хлопьев овсяных «Геркулес» жидкая | 115,2/138,3 | 150/180 |
| Кофейный напиток на молоке | 108,1/129,9 | 150/180 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 78,6/91,7 | 30/35 |
| Яйца вареные | 62,8/62,8 | 1 шт /1 шт |
| Масло сливочное (порциями) | - /66,1 | - / 10 |
| **Второй завтрак** | | |
| Кисломолочный напиток | 88,5/106,2 | 150/180 |
| **Обед** | | |
| Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, свининой | 102,7/118,9 | 150/10-200/10 |
| Суфле рыбное | 95,9/134,2 | 50/70 |
| Картофельное пюре | 126,0/146,2 | 130/150 |
| Напиток из шиповника с изюмом | 66,3/79,6 | 150/180 |
| Хлеб ржано – пшеничный | 62,6/78,3 | 36/45 |
| Огурец соленый | 2,0/2,6 | 15/20 |
| **Уплотненный полдник** | | |
| Запеканка творожная | 241,4/337,8 | 100/140 |
| Молоко сгущенное | 65,6/98,4 | 20/30 |
| Кисель из вишни | 65,0/86,5 | 150/200 |
| Хлеб пшеничный йодированный | -/91,7 | - /35 |
| Фрукт (яблоко) | 61,1/61,1 | 130/130 |

Медицинская сестра по питанию Никитина В.А

**СРЕДА 1 НЕДЕЛЯ**

**Завтрак**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Ясли/сад (энергетическая ценность)** | **Ясли/сад (масса порции)** |
| Каша молочная рисовая жидкая | 125,5/150,6 | 150/180 |
| Какао с молоком | 108,4/130,2 | 150/180 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 78,6/91,7 | 30/35 |
| Масло порциями | 66,1/66,1 | 10/10 |
| Сыр порциями | 34,4/34,4 | 10/10 |
| **Второй завтрак** | | |
| Молочный ванильный напиток | 142,7/142,7 | 180/180 |
| **Обед** | | |
| Суп картофельный с рыбными крнсервами | 82,8/108,6 | 170/225 |
| Гуляш из мяса птицы | 128,1/155,7 | 35/35-40/40 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 187,2/221,1 | 110/130 |
| Напиток из сухофруктов | 56,7/67,9 | 150/180 |
| Хлеб ржано – пшеничный | 62,6/78,3 | 36/45 |
| **Уплотненный полдник** | | |
| Жаркое по – домашнему со свининой | 233,1/310,6 | 150/200 |
| Чай без сахара | 0,4/0,5 | 150/180 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 78,6/91,7 | 30/35 |
| Кондитерское изделие | 127,7/127,7 | 23/23 |

Медицинская сестра по питанию Никитина В.А

**ЧЕТВЕРГ 1 НЕДЕЛЯ**

**Завтрак**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Ясли/сад (энергетическая ценность)** | **Ясли/сад (масса порции)** |
| Каша молочная ячневая жидкая | 115,7/138,7 | 150/180 |
| Чай с сахаром и молоком | 102,0/102,0 | 180/180 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 78,6/91,7 | 30/35 |
| Масло (порциями) | 66,1/66,1 | 10/10 |
| **Второй завтрак** | | |
| Фрукт (яблоко) | 61,1/61,1 | 130/130 |
| **Обед** | | |
| Суп картофельный с яйцом | 97,6/134,3 | 150/200 |
| Печень по - строгановски | 129,7/148,4 | 35/35 – 40/40 |
| Макаронные изделия отварные | 166,4/196,7 | 110/130 |
| Напиток из яблок сушеных | 37,7/45,3 | 150/180 |
| Хлеб ржано – пшеничный | 62,6/78,3 | 36/45 |
| **Уплотненный полдник** | | |
| Пудинг из творога | 206,1/261,3 | 110/140 |
| Молоко сгущ | 65,6/98,4 | 20/30 |
| Чай без сахара | 0,4/0,5 | 150/180 |
| Выпечное изделие (Плюшка российская) | 220,1/220,1 | 50/50 |

Медицинская сестра по питанию Никитина В.А

**ПЯТНИЦА 1 НЕДЕЛЯ**

**Завтрак**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Ясли/сад (энергетическая ценность)** | **Ясли/сад (масса порции)** |
| Омлет натуральный | 225,1/225,1 | 160/160 |
| Кофейный напиток на молоке | 108,1/129,9 | 150/180 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 78,6/91,7 | 30/35 |
| Масло порциями | 66,1/66,1 | 10/10 |
| Сыр порциями | 41,3/51,6 | 12/15 |
| **Второй завтрак** | | |
| Молоко | 95,0/114,1 | 150/180 |
| **Обед** | | |
| Суп картофельный с клецками и свининой | 148,1/185,3 | 150/10 – 200/10 |
| Ежики мясные со сметанным соусом | 621,4/261,4 | 120/50-120/50 |
| Компот из компотной смеси | 53,9/64,7 | 150/180 |
| Хлеб ржано – пшеничный | 62,6/78,3 | 36/45 |
| Свекла тушенная в сметанном соусе | 94,9/111,7 | 110/130 |
| **Уплотненный полдник** | | |
| Котлета «Морячок» | -/116,9 | -/ 70 |
| Гуляш из рыбы (ясли) | 93,2/ - | 50/50- |
| Картофельное пюре | 126,0/146,2 | 130/150 |
| Чай без сахара | 0,4/0,5 | 150/180 |
| Хлеб пшеничный йодированный | 78,6/91,7 | 30/35 |
| «Манник» | 156,5/156,5 | 50/50 |

Медицинская сестра по питанию Никитина В.А