

Примерное двадцатидневное меню для категории: Детсад МБДОУ "ДС № 470 г. Челябинска"

1 неделя

Заведующая

"Утверждаю"

Фадеева Т.Р.

Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена	
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша гречневая с маслом	200	4.87	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7.71	Каша пшеничная молочная жидкая	200	11.27	Каша манная молочная жидкая	200	11.57	Каша рисовая молочная жидкая	200	9.55
Батон с маслом	40/7	5.73	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81
Яйцо отварное	1/2	0	Какао с молоком	180	9.93	Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Кофейный напиток с молоком	180	9.47
Кофейный напиток с молоком	180	8.47	Кофейный напиток с молоком	180	8.47									
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Кефир с сахаром	180/8	10.62	Сок	150	7.53	Кефир с сахаром	180/8	10.62	Фрукты	100	0	Фрукты	100	0
Печенье сдобное	15	0.97	Вафли	30	2.89	Печенье	12	0.93						
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Салат картофельный с зеленым горошком	60	4.28	Салат из белокачанной капусты	60	1.5	Свекла порционная	60	0.85	Кукуруза сладкая	60	8.21	Салат из моркови с зеленым горошком	60	6.18
Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2.86	Суп крестьянский со сметаной	250	4.43	Рассольник ленинградский со сметаной	250	4.64	Суп полевой	250	4.27	Борщ со сметаной	250	5.15
Бигус с отварным мясом	200	23.66	Гуляш из мяса	110	20.93	Котлета куринная	70/3	20.82	Голубцы ленивые в томатном соусе	160/40	48.64	Биточки из мяса	70	37.3
Компот из смородины	180	9.84	Картофельное пюре	150	5.34	Макаронные изделия отварные	150	2.27	Компот из кураги	180	4.86	Картофельное пюре	150	5.34
Хлеб пшеничный	40	1.76	Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	4.03	Компот из смеси сухофруктов	180	5.38	Хлеб ржаной	50	1.6	Компот из смеси сухофруктов	180	5.38
Хлеб ржаной	50	1.6	Хлеб ржаной	50	1.6	Хлеб ржаной	50	1.6				Хлеб ржаной	50	1.6
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Фрукты	100	0	Фрукты	100	0	Фрукты	100	0	Сок	150	7.53	Сок	150	7.53
									Булочка "Российская"	60	5.58	Вафли	15	1.44
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
Лакомка из творога 120/150	150	35.44	Расстегай с рыбой	60	5.71	Картофель запеченный с яйцом	200	11.5	Рыба тушеная в томате с овощами	200	34.06	Омлет натуральный 80/100	100	11.84
Молоко сгущ. 8,5%	15	1.46	Овощи тушеные	100	5.15	Чай с молоком	180	10.04	Чай с лимоном	180	4.85	Винегрет овощной с огурцами	60	2.44
Чай с молоком	180	10.04	Чай с сахаром	180	4.71	Хлеб пшеничный	30	1.32	Хлеб пшеничный	40	1.76	Чай с сахаром	180	4.71
			Хлеб пшеничный	40	1.76				Хлеб пшеничный	40	1.76	Хлеб пшеничный	30	1.32
Примерная стоимость дня		121.6	Примерная стоимость дня		87.57	Примерная стоимость дня		96.98	Примерная стоимость дня		148.21	Примерная стоимость дня		115.06

Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена	
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша молочная 5 злаков	200	7.62	Каша "Дружба"	200	12.39	Каша манная молочная жидкая	200	11.57	Суп молочный с крупой	200	7.68	Каша пшеничная молочная жидкая	200	11.27
Батон с маслом	40/7	5.73	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81
Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Какао с молоком	180	9.93	Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Кофейный напиток с молоком	180	9.47
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Кефир с сахаром	180/8	10.62	Фрукты	100	0	Кефир с сахаром	180/8	10.62	Фрукты	100	0	Фрукты	100	0
Печенье	30	2.33				Вафли	30	2.89						
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Свекла порционная	60	0.85	Огурец соленый порционный	60	4.79	Салат картофельный с зеленым	60	4.08	Рассольник ленинградский со	250	4.64	Салат из белокачаной капусты	60	3.46
Щи со сметаной	250	4.92	Борщ с капустой, картофелем,	250	5.18	горошком			сметаной			с морковью		
Гуляш из мяса	110	38.29	сметаной			Суп с рисовой крупой	250	3.59	Суфле из птицы	70/5	23.97	Суп овощной со сметаной	250	4.41
Каша гречневая с маслом	150	4.87	Котлета из мяса	70	40.39	Запеканка капустная с мясом	200	42.91	Сложный гарнир	150	8.86	Гуляш из мяса	110	38.29
Компот из смеси сухофруктов	180	5.38	Картофельное пюре	150	5.34	Компот из смородины	180	9.84	Компот из смеси сухофруктов	180	5.38	Макаронные изделия отварные	150	2.27
Хлеб пшеничный	40	1.76	Напиток из шиповника	180	6.52	Хлеб пшеничный	40	1.76	Хлеб ржаной	50	1.6	Компот из кураги	180	4.86
Хлеб ржаной	50	1.6	Хлеб ржаной	50	1.6	Хлеб ржаной	50	1.6				Хлеб ржаной	50	1.6
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Фрукты	100	0	Сок	100	5.02	Фрукты	100	0	Сок	150	7.53	Сок	150	7.53
			Коржик молочный	70	12.44				Ватрушка с творогом	70	12.42			
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
Вареники ленивые	150	35.58	Суфле "Золотая рыбка"	180	10	Пудинг из творога запеченный	150	33.99	Икра кабачковая порционная	60	5.85	Колбаса молочная вареная	70	19.71
Чай с молоком	180	10.04	Кукуруза сладкая	60	8.21	Молоко гущ. 8,5%	15	1.46	Омлет натуральный 80/100	100/5	11.84	Картофельное пюре	100	5.34
			Чай с молоком	180	10.04	Чай с молоком	180	10.04	Чай с молоком	180	10.04	Чай с лимоном	180	4.85
			Хлеб пшеничный	30	1.32				Хлеб пшеничный	40	1.76	Хлеб пшеничный	40	1.76
Примерная стоимость дня		139.06	Примерная стоимость дня		138.52	Примерная стоимость дня		150.09	Примерная стоимость дня		116.85	Примерная стоимость дня		120.63



Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена	
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша "Геркулес" молочная жидкая	200	9.03	Каша ячневая молочная	200	9.67	Каша "Дружба"	200	12.39	Каша манная молочная жидкая	200	11.57	Каша пшеничная молочная жидкая	200	11.33
Батон с маслом	40/7	5.73	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом	40/7	5.73	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81
Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Какао с молоком	180	9.93	Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Кофейный напиток с молоком	180	9.47
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Кефир с сахаром	180/8	10.62	Фрукты	100	0	Фрукты	100	0	Кефир с сахаром	180/8	10.62	Фрукты	100	0
Печенье	24	1.86							Вафли	30	2.89			
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Свекольник со сметаной	250	5.31	Кукуруза сладкая	60	8.21	Салат из зеленого горошка	60	9.05	Огурец соленый порционный	30	4.79	Суп картофельный с клецками	250	4.07
Фрикадельки мясные в соусе	80/80	27.53	Суп картофельный с бобовыми	250	5.09	45/60			Щи со сметаной	250	4.92	Суфле из мяса	70/5	56.33
Капуста тушеная	150	7.23	Котлета куринная	70/5	20.82	Борщ со сметаной	250	5.15	Запеканка картофельная с мясом	200	42.24	Капуста тушеная	150	7.23
Напиток из шиповника	180	6.52	Картофель жареный из отварного	150	4.8	Плов из мяса	200	42.21	Компот из смородины	180	9.84	Компот из кураги	180	4.86
Хлеб пшеничный	30	1.32	Компот из смеси сухофруктов	180	5.38	Кисель из плодового или ягодного концентрата	180	4.03	Хлеб пшеничный	40	1.76	Хлеб ржаной	50	1.6
Хлеб ржаной	50	1.6	Хлеб ржаной	50	1.6	Хлеб пшеничный	40	1.76	Хлеб ржаной	50	1.6			
						Хлеб ржаной	50	1.6						
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Фрукты	100	0	Сок	150	7.53	Сок	150	7.53	Фрукты	100	0	Сок	150	7.53
			Булочка "Нежная"	70	10.62	Конфеты шоколадные	30	6.5				Печенье	24	1.86
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
Запеканка из творога	150	34.18	Суфле из рыбы	70/4	2.72	Суп молочный с крупой	200	7.68	Макаронные изделия отварные с сыром	150	3.44	Рыба запечен.с картофел.по-русски	240	24.41
Повидло	15	1.16	Пюре из свеклы	100	3.9	Расстегай с капустой	70	10.57	Шанежка, наливная с яйцом	60	5.74	Чай с лимоном	180	4.85
Чай с молоком	180	10.04	Чай с сахаром	180	4.71	Чай с молоком	180	10.04	Чай с молоком	180	10.04	Хлеб пшеничный	40	1.76
			Хлеб пшеничный	30	1.32									
Примерная стоимость дня		131.6	Примерная стоимость дня		101.65	Примерная стоимость дня		134.25	Примерная стоимость дня		124.65	Примерная стоимость дня		141.11

Понедельник			Вторник			Среда			Четверг			Пятница		
Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена		Вых.	Цена	
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
Каша молочная 5 злаков	200	7.62	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7.25	Запеканка из творога	150	34.18	Каша ячневая молочная	200	9.67	Каша пшеничная молочная жидкая	200	11.27
Батон с маслом	40/7	5.73	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81	Батон с маслом с сыром	40/7/7	5.81
Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Какао с молоком	180	9.93	Кофейный напиток с молоком	180	9.47	Кофейный напиток с молоком	180	9.47
10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ			10 ЧАСОВ		
Кефир с сахаром	180/8	10.62	Фрукты	100	0	Сок	150	7.53	Фрукты	100	0	Фрукты	100	0
Печенье	24	1.86				Вафли	30	2.89						
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
Салат витаминный	60	3.72	Свекла порционная	60	0.85	Свекольник со сметаной	250	5.31	Салат из белокочанной капусты с морковью	60	2.83	Кукуруза сладкая	60	8.21
Борщ со сметаной	250	5.15	Суп овощной с фасолью и сметаной	250	10.41	Котлета из мяса	70	40.39	Щи со сметаной	250	4.92	Суп картофельный с рыбой консерв	250	8.66
Тефтели из мяса с рисом (ежики)	180	42.42	Азу по-татарски с курицей	110	17.39	Компот из смеси сухофруктов	180	5.38	Печень по - строгановски	50/30	16.6	Гуляш из говядины	80	2.36
Компот из кураги	180	4.86	Картофельное пюре	150	5.34	Хлеб пшеничный	30	1.32	Рис отварной с маслом	150	5.11	Картофельное пюре	150	5.34
Хлеб пшеничный	40	1.76	Компот из смородины	180	9.84	Хлеб ржаной	50	1.6	Напиток из шиповника	180	6.52	Компот из смеси сухофруктов	180	5.38
Хлеб ржаной	50	1.6	Хлеб ржаной	50	1.6			Хлеб ржаной	50	1.6	Хлеб пшеничный	40	1.76	
											Хлеб ржаной	50	1.6	
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
Фрукты	100	0	Сок	150	7.53	Фрукты	100	0	Сок	150	7.53	Сок	150	7.53
			Булочка "Российская"	60	5.58				Шарлотка с яблоком	110	13.88			
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
Сырники из творога	150	42.44	Котлеты рыбные	70	22.33	Суп молочный с крупой	200	7.68	Рыба, запеченая в омлете	160	9.74	Суп молочный с крупой	200	7.68
Молоко стущ. 8,5%	20	1.94	Овощи тушеные	100	5.15	Шанежка с картофелем	60	5.28	Салат из зеленого горошка	40	7.87	Сосиска в тесте	60	11.03
Чай с молоком	180	10.04	Чай с сахаром	180	4.71	Чай с сахаром	180	4.71	Чай с молоком	180	10.04	Чай с сахаром	180	4.71
			Хлеб пшеничный	30	1.32				Хлеб пшеничный	40	1.76			
Примерная стоимость дня		149.23	Примерная стоимость дня		114.58	Примерная стоимость дня		139.24	Примерная стоимость дня		113.35	Примерная стоимость дня		90.81