Утверждено
приказом от 23.09.2022 г. № 64-о
Заведующий Филясова Л.Е

Примерное 10-ти дневное меню на зимне-весенний период 2022-2023 г.

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	КАША "ДРУЖБА" 150	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 200	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ 150	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 14	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	СЫР (ПОРЦИЯМИ) 15	МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) 5	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 30	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	БАТОН НАРЕЗНОЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200
КАКАО С МОЛОКОМ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 200		ЧАЙ С КОНФЕТОЙ 200	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200		КАКАО С МОЛОКОМ 200	ЧАЙ С МОЛОКОМ 200		
II Завтрак									
СОК 100	Фрукты150	СОК 100	Фрукты150	СОК 100	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	Фрукты150	Фрукты130	СОК 100	СОК 100
Обед									
ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ (1-ЫЙ ВАРИАНТ) С	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ 60	САЛАТ "СТЕПНОЙ" ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ 60	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ 60	ИКРА КАБАЧКОВАЯ 60	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 60	САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ОГУРЦАМИ 60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ 200/15/12	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ С СЕЛЬДЬЮ 60	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ 200/15/12	САЛАТ "СВЕКОЛКА" 60	РАССОЛЬНИК 200/20/12	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 200/25	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ 200/0/12	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ С МЯСОМ 200/15	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ 200/20/12	БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ СМЕТАНОЙ 200/15/12
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 80	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КУРОЙ СО СМЕТАНОЙ 200/20/12	ХЛЕБЦЫ РЫБНЫЕ (ПАРОВЫЕ) 70	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ СО СМЕТАНОЙ 200/0/12	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 80	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 70	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 180
ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 150	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ С КУРИЦЕЙ	РАГУ ОВОЩНОЕ (2 ВАРИАНТ) 150	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ 70	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 40	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 200	КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ 230	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	ЧАЙ 200	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 200	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 40	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ЧАЙ 200	СОУС СМЕТАННЫЙ №354 40	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35			КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 200	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35	
			КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ 200				ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 35		
			ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 40						
Полдник									
ЧАЙ С САХАРОМ 200/10	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 120/30	КЕФИР С САХАРОМ 180/10	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА с ПОВИДЛОМ 120	ПУДИНГ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С СЫРОМ, С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 180/5	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ 120	ЧАЙ 200	ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ 120
БУЛОЧКА "ВЕСНУШКА" 50	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ПРЯНИКИ 30	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	ПЕЧЕНЬЕ 40	БУЛОЧКА АЛТАЙСКАЯ 60	ЧАЙ 200
				ВАФЛИ 50	БАТОН 20		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 200		