

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий
«Симфония» г. Перми
С.А. Синокова/
2022г



УТВЕРЖДАЮ:
ИП Бабкина Ф.С.

Ф.С. Бабкина /
2022 г.



Десятидневное меню Сад 12 ч (летний период) 01.06.2022.-

Дни	Завтрак	Выход порции	2-ой завтрак	Выход порции	Обед	Выход порции	Полдник	Выход порции	Ужин	Выход порции	Химический состав (% откл.)
День 1	1. Каша геркулесовая 2. Кофейный напиток 3. Батон с маслом	200 200 30/5	Фрукт	100	1. Салат из св.капусты и морк 2. Свекольник/сметана 3. Печень по-строгановски 4. Макароны отварные 5. Компот из яблок с лимоном 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 70 150 200 25 25	1. Молоко 2. Печенье	180 60	1. Запеканка картофельная с мясом 2. Чай с лимоном 3. Хлеб	200 200 30	
День 2	1. Каша рисовая молочная 2. Батон 3. ЗКакао с молоком	200 30 200	Сок	100	1. Салат из свежих огурцов 2. Щи со сметаной 3. Тефтели мясные 4. Картофельное пюре 5. Компот из с/фр. 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 70 150 200 25 25	1. Пряник 2. Кефир	40 180	1. Пудинг творожный с рисом со сладким молочным соусом 2. Чай с молоком 3. Хлеб	150/30 200 30	
День 3	1. Каша пшеничная 2. Батон с маслом 3. Чай с лимоном	200 30/5 200	Фрукт	100	1. Салат из помидор 2. Суп-пюре с сыром 3. Капуста тушеная с мясом 4. Напиток из шиповника 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	50 250 130/70 200 25 25	1. Шанежка наливная 2. Чай с сахаром	60 200	1. Омлет с морковью 2. Чай с молоком 3. Хлеб	120 200 30	
День 4	1. Каша манная 2. Батон 3. Кофейный напиток с молоком	200 30 200	Сок	100	1. Салат из моркови с яблок 2. Рассольник/сметаной 3. Котлета рыбная 4. Картофельное пюре 5. Компот из кураги 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 70 150 200 25 25	1. Ватрушка с повидлом 2. Йогурт	60 180	1. Запеканка творожная/соус 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	150/30 200 30	
День 5	1. Каша ячневая 2. Батон с маслом 3. Кофейный напиток с молоком	200 30/5 200	Сок	100	1. Салат из б/капус с огурц 2. Борщ со сметаной 3. Кура в соусе с томатом 4. Греча 5. Компот из с/фр. 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 60/30 150 200 25 25	1. Печенье 2. Чай с сахаром	40 200	1. Макароны с сыром 2. Чай с молоком 3. Хлеб	180 200 30	

День 6	1. Каша Дружба 2. Батон 3. Кофейный напиток	200 30 200	Фрукт	100	1. Салат из св капусты и морк 2. Суп крестьянский с крупой/сметана 3. Фрикадельки мясные/соус 4. Рисом отварной 5. Компот из с/фр. 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250/5 70/30 150 200 25 25	1. Булочка Вснушка 2. Кефир	60 180	1. Запеканка творожная/ стуженное молоко 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	150/30 200 30
День 7	1. Суп молочный с макар. изделиями 2. Батон с сыром 3. Чай с лимоном	250 30/10 200	Сок	100	1. Салат из свеклы с чесноком 2. Суп овощной/сметана 3. Рыба по русски 4. Компот из яблок с лимоном 5. Хлеб пшеничный 6. Хлеб ржаной	60 250/5 120 200 25 25	1. Ватрушка Лакомка 2. Чай с сахаром	60 200	1. Макароны с кабачковой икрой 2. Напиток из шиповника 3. Хлеб	150/30 200 30
День 8	1. Каша 3 злака - греч, рис, пшено 2. Батон 3. Кофейный напиток с молоком	200 30 200	Фрукт	100	1. Салат из помидор 2. Суп картофельный с макар. 3. Шницель из курицы 4. Картофельное пюре 5. Компот из апельсинов и яблок 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	50 250 70 150 200 25 25	1. Пряник 2. Йогурт	40 180	1. Голубцы ленивые/соус 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	130/30 200 30
День 9	1. Омлет 2. Батон с маслом 3. Какао с молоком	100 30/5 200	Сок	100	1. Салат из свежих огурцов 2. Суп картоф. с рыбой 3. Плов из отв.говядины/курицы 4. Компот из кураги 5. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 150/70 200 25 25	1. Пирожки печеные с овощной/фрук товой начинкой 2. Чай с сахаром	60 200	1. Рагу из овощей 2. Кисель 3. Хлеб	180 200 30
День 10	1. Каша пшеничная 2. Батон с повидлом 3. Чай с лимоном	200 30/10 200	Сок	100	1. Салат из помидор и огурц 2. Суп картоф. с бобовыми 3. Рыба тушеная с овощами 4. Картофельное пюре 5. Компот из с/фруктов 6. Хлеб пшеничный Хлеб ржаной	60 250 70 150 200 25 25	1. Вафли «нежные» 2. Чай с молоком.	40 200	1. Винегрет с яйцом вареным 2. Чай с сахаром 3. Хлеб	200/30 200 30