

Примерное десятидневное меню для категории: Детсад      примерное 10 дневное меню  
25.05.26 - 08.06.26

1 неделя

Заведующая



"Утверждаю"

| Понедельник                                        | Вых.       | Цена         | Вторник                          | Вых.       | Цена         | Среда                                     | Вых.       | Цена         | Четверг                                 | Вых.         | Цена         | Пятница                                      | Вых.       | Цена         |
|----------------------------------------------------|------------|--------------|----------------------------------|------------|--------------|-------------------------------------------|------------|--------------|-----------------------------------------|--------------|--------------|----------------------------------------------|------------|--------------|
| <b>ЗАВТРАК</b>                                     | <b>400</b> | <b>40.47</b> | <b>ЗАВТРАК</b>                   | <b>400</b> | <b>38.62</b> | <b>ЗАВТРАК</b>                            | <b>376</b> | <b>43.37</b> | <b>ЗАВТРАК</b>                          | <b>389.5</b> | <b>33.76</b> | <b>ЗАВТРАК</b>                               | <b>400</b> | <b>32.11</b> |
| Каша "Дружба"                                      | 170/4      | 19.83        | Каша молочная кукурузная         | 170/4      | 14.81        | Омлет натуральный                         | 150        | 22.73        | Каша пшенная молочная жидкая            | 60/3,5       | 9.95         | Каша овсяная "Геркулес" жидкая               | 170/4      | 11.47        |
| Кофейный напиток с молоком                         | 180        | 9.03         | жидкая                           |            |              | Кофейный напиток с молоком                | 180        | 9.03         | Какао с молоком                         | 180          | 12.2         | Кофейный напиток с молоком (вариант 1)       | 180        | 9.03         |
| Хлеб пшеничный с маслом /сыр                       | 30/6/10    | 11.61        | Какао с молоком                  | 180        | 12.2         | Хлеб пшеничный с маслом /сыр              | 30/6/10    | 11.61        | Хлеб пшеничный с маслом /сыр            | 30/6/10      | 11.61        | Хлеб пшеничный с маслом /сыр                 | 30/6/10    | 11.61        |
|                                                    |            |              | Хлеб пшеничный с маслом /сыр     | 30/6/10    | 11.61        |                                           |            |              |                                         |              |              |                                              |            |              |
| <b>10 ЧАСОВ</b>                                    | <b>180</b> | <b>15.84</b> | <b>10 ЧАСОВ</b>                  | <b>180</b> | <b>11.88</b> | <b>10 ЧАСОВ</b>                           | <b>180</b> | <b>15.84</b> | <b>10 ЧАСОВ</b>                         | <b>180</b>   | <b>11.88</b> | <b>10 ЧАСОВ</b>                              | <b>180</b> | <b>14.99</b> |
| Кисломолочный напиток                              | 180        | 15.84        | Сок                              | 180        | 11.88        | Кисломолочный напиток                     | 180        | 15.84        | Сок                                     | 180          | 11.88        | Молоко кипяченое                             | 180        | 14.99        |
| <b>ОБЕД</b>                                        | <b>670</b> | <b>72.14</b> | <b>ОБЕД</b>                      | <b>670</b> | <b>52.03</b> | <b>ОБЕД</b>                               | <b>670</b> | <b>78.13</b> | <b>ОБЕД</b>                             | <b>680</b>   | <b>60.06</b> | <b>ОБЕД</b>                                  | <b>670</b> | <b>50.18</b> |
| Салат из белокочанной капусты с луком              | 60         | 2.75         | Салат из свеклы                  | 60         | 2.96         | Салат из свежих помидоров с огурцом       | 60         | 8.07         | Огурец свежий порционный                | 60           | 8.13         | Салат из белокочанной капусты с луком        | 60         | 2.75         |
| Суп крестьянский с крупой                          | 180        | 5.41         | Суп -лапша домашняя              | 180        | 6.64         | Рассольник ленинградский                  | 180        | 11.08        | Борщ с капустой, картофелем со сметаной | 180          | 10.3         | Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной | 180        | 5.49         |
| Голубцы ленивые "Как у бабушки" с томатным соусом  | 80         | 48.97        | Биточки "Золотой грешок" куриные | 80         | 21.5         | Биточки "Гусарики" из свинины             | 80         | 46.79        | Картофельная запеканка с курицей        | 200          | 31.73        | Куры порционные                              | 80         | 24.32        |
| Картофель отварной                                 | 130        | 10.07        | Сложный гарнир                   | 130        | 13.87        | Каша гречневая рассыпчатая                | 130        | 6.44         | Соус сметанный                          | 20           | 2.84         | Картофельное пюре                            | 130        | 11.23        |
| Компот из смеси сухофруктов                        | 180        | 2.06         | Компот из сливы с яблоками       | 180        | 4.18         | Компот из смеси сухофруктов               | 180        | 2.87         | Компот из сливы с яблоками              | 180          | 4.18         | Компот из кураги                             | 180        | 3.51         |
| Хлеб ржаной                                        | 40         | 2.88         | Хлеб ржаной                      | 40         | 2.88         | Хлеб ржаной                               | 40         | 2.88         | Хлеб ржаной                             | 40           | 2.88         | Хлеб ржаной                                  | 40         | 2.88         |
| <b>УЖИН</b>                                        | <b>435</b> | <b>58.21</b> | <b>УЖИН</b>                      | <b>450</b> | <b>56.41</b> | <b>УЖИН</b>                               | <b>415</b> | <b>40.78</b> | <b>УЖИН</b>                             | <b>450</b>   | <b>51.09</b> | <b>УЖИН</b>                                  | <b>445</b> | <b>29.79</b> |
| Сырники из творога запеченные со сгущенным молоком | 90/20      | 47.71        | Рыба, запеченная в омлете        | 140        | 43.4         | Запеканка из творога со сгущенным молоком | 80/10      | 26.65        | Тефтели рыбные в томатном соусе         | 80           | 36.32        | Макароны отварные с маслом                   | 140        | 4.68         |
| Чай "Принцесса"                                    | 180        | 0.77         | Салат из репчатого лука          | 30         | 1.41         | Чай с молоком (1 вар)                     | 180        | 4.4          | Рагу из овощей                          | 110          | 7.65         | Сердце в сметанном соусе                     | 80         | 22.44        |
| Хлеб пшеничный                                     | 30         | 2.16         | Хлеб пшеничный                   | 30         | 2.16         | Хлеб пшеничный                            | 30         | 2.16         | Чай "Принцесса"                         | 180          | 0.77         | Хлеб пшеничный                               | 30         | 2.16         |
| Яблоки                                             | 100        | 7.57         | Чай с лимоном                    | 180        | 2.72         | Яблоки                                    | 100        | 7.57         | Хлеб пшеничный                          | 30           | 2.16         | Чай с сахаром                                | 180        | 0.51         |
| Кондитерские изделия                               | 15         | 0            | Пирожок с картошкой              | 70         | 6.72         | Кондитерские изделия                      | 15         | 0            | Оладьи                                  | 50           | 4.19         | Кондитерские изделия                         | 15         | 0            |
| Примерная стоимость дня                            |            | 186.66       | Примерная стоимость дня          |            | 158.94       | Примерная стоимость дня                   |            | 178.12       | Примерная стоимость дня                 |              | 156.79       | Примерная стоимость дня                      |            | 127.07       |

Примерное десятидневное меню для категории: Детсад      примерное 10 дневное меню  
25.05.26 - 08.06.26

2 неделя

Заведующая



"Утверждаю"

| Понедельник                   |        |        | Вторник                        |       |        | Среда                         |       |        | Четверг                     |       |        | Пятница                        |       |        |
|-------------------------------|--------|--------|--------------------------------|-------|--------|-------------------------------|-------|--------|-----------------------------|-------|--------|--------------------------------|-------|--------|
| ЗАВТРАК                       | Вых.   | Цена   | ЗАВТРАК                        | Вых.  | Цена   | ЗАВТРАК                       | Вых.  | Цена   | ЗАВТРАК                     | Вых.  | Цена   | ЗАВТРАК                        | Вых.  | Цена   |
| Каша гречневая на молоке      | 170/4  | 10.73  | Каша пшеничная молочная вязкая | 170/4 | 10.74  | Каша рисовая молочная жидкая  | 200/5 | 15.56  | Каша манная молочная жидкая | 170/4 | 10.63  | Суп молочный с макаронными     | 170/4 | 11.31  |
| Кофейный напиток с молоком    | 180    | 9.03   | Какао с молоком                | 180   | 12.2   | Кофейный напиток с молоком    | 180   | 9.03   | Какао с молоком             | 180   | 12.2   | изделиями                      |       |        |
| Хлеб пшеничный с маслом       | 40/6   | 6.93   | Хлеб пшеничный с маслом        | 40/6  | 6.93   | Хлеб пшеничный с маслом       | 40/6  | 6.93   | Хлеб пшеничный с маслом     | 40/6  | 6.93   | Кофейный напиток с молоком     | 180   | 9.03   |
| 10 ЧАСОВ                      | 180    | 15.84  | 10 ЧАСОВ                       | 180   | 11.88  | 10 ЧАСОВ                      | 180   | 15.84  | 10 ЧАСОВ                    | 180   | 11.88  | Хлеб пшеничный с маслом        | 40/6  | 6.93   |
| Кисломолочный напиток         | 180    | 15.84  | Сок                            | 180   | 11.88  | Кисломолочный напиток         | 180   | 15.84  | Сок                         | 180   | 11.88  | 10 ЧАСОВ                       | 180   | 11.88  |
| ОБЕД                          | 680    | 50.79  | ОБЕД                           | 660   | 55.55  | ОБЕД                          | 670   | 71.21  | ОБЕД                        | 670   | 46.04  | ОБЕД                           | 640   | 86.65  |
| Салат из белокочанной капусты | 60     | 2.85   | Салат из свежих помидоров с    | 60    | 8.07   | Огурец свежий порционный      | 60    | 8.13   | Салат из свеклы             | 60    | 2.96   | Салат из репчатого лука        | 30    | 1.41   |
| Гренки из ржаного хлеба       | 20     | 1.44   | огурцом                        |       |        | Суп картофельный с клецками   | 180   | 5.86   | Рассольник домашний         | 180   | 10.75  | Свекольник со сметаной         | 180   | 10.32  |
| Суп картофельный с бобовыми   | 180    | 4.18   | Щи из свежей капусты с         | 180   | 7.84   | Биточки "Гусарики" из свинины | 80    | 46.79  | Куры порционные             | 80    | 17.1   | Картофельное пюре              | 130   | 11.23  |
|                               |        |        | картофелем                     |       |        |                               |       |        |                             |       |        |                                |       |        |
| Жаркое по-домашнему со        | 200    | 36.57  | Плов "Восторг" из отварной     | 200   | 34.88  | Макаронные отварные с маслом  | 130   | 4.68   | Рагу из овощей              | 130   | 10.47  | Печень говяжья по-строгановски | 80    | 58.72  |
| свининой                      |        |        | птицы                          |       |        | Компот из смеси сухофруктов   | 180   | 2.87   | Компот из свежих плодов     | 180   | 1.88   | Компот из смеси сухофруктов    | 180   | 2.09   |
| Компот из смеси сухофруктов   | 180    | 2.87   | Компот из свежих плодов        | 180   | 1.88   | Хлеб ржаной                   | 40    | 2.88   | Хлеб ржаной                 | 40    | 2.88   | Хлеб ржаной                    | 40    | 2.88   |
| Хлеб ржаной                   | 40     | 2.88   | Хлеб ржаной                    | 40    | 2.88   |                               |       |        |                             |       |        |                                |       |        |
| УЖИН                          | 450    | 58.27  | УЖИН                           | 450   | 70.76  | УЖИН                          | 455   | 49.81  | УЖИН                        | 470   | 45.06  | УЖИН                           | 580   | 45.72  |
| Пудинг творожный запеченный   | 105/20 | 47.77  | Котлеты рыбные "Солнышко"      | 80    | 41.08  | Запеканка из творога          | 75    | 31.45  | Рыба тушеная в томате с     | 80    | 30.2   | Омлет натуральный              | 150   | 22.73  |
| со сгущенным молоком          |        |        | Капуста тушеная                | 110   | 10.01  | Соус сметанный                | 20    | 3.2    | овощами                     |       |        | Винегрет "Радуга" овощной      | 100   | 8.28   |
| Чай "Принцесса"               | 180    | 0.77   | Хлеб пшеничный                 | 30    | 2.16   | Чай "Принцесса"               | 180   | 0.77   | Каша перловая вязкая        | 130   | 3.58   | Хлеб пшеничный                 | 35    | 2.52   |
| Хлеб пшеничный                | 30     | 2.16   | Чай с молоком (1 вар)          | 180   | 10.29  | Хлеб пшеничный                | 30    | 2.16   | Хлеб пшеничный              | 30    | 2.16   | Напиток из шиповника           | 180   | 4.62   |
| Яблоки                        | 100    | 7.57   | Крендель с сахаром             | 50    | 7.22   | Яблоки                        | 100   | 7.57   | Чай с лимоном               | 180   | 2.72   | Яблоки                         | 100   | 7.57   |
| Кондитерские изделия          | 15     | 0      |                                |       |        | Шанежка наливная с яйцом      | 50    | 4.66   | Булочка "Домашняя"          | 50    | 6.4    | Кондитерские изделия           | 15    | 0      |
| Примерная стоимость дня       |        | 151.59 | Примерная стоимость дня        |       | 168.06 | Примерная стоимость дня       |       | 168.38 | Примерная стоимость дня     |       | 132.74 | Примерная стоимость дня        |       | 171.52 |