

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

М.В. Чумаченко
Соловухина

Кичаев
Михайлов



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»



Т.В. Солоднева
Т.В. Солоднева

Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 1 до 3 лет, посещающих с 12-часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения г.о. Тольятти, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

РАЗРАБОТЧИКИ:

Зам. директора по производству

А.П. Замотин А.П. Замотин

Технолог *О.Г. Филатова* О.Г. Филатова

Технолог *Е.М. Семенова* Е.М. Семенова

г.о. Тольятти

Примерное 10- дневное меню Ясли на весенне-летний период

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак 1 (до 3 лет)				
Батон с маслом и сыром 20/5/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5	Батон с маслом 20/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5
Кофейный напиток с молоком 150	Морковь порционная 20	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом 150/5/2	Суп молочный гречневый 150	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом 150/5/2
Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом 150/5/2	Омлет натуральный 80	Какао с молоком 150	Чай с молоком 150	Кофейный напиток с молоком 150
	Чай с молоком 150		Десерт фруктовый яблоко 80	
Завтрак 2 (до 3 лет)				
Ряженка 150	Снежок 130	Варенец 150	Напиток сывороточный 180	Кефир 150
Обед (до 3 лет)				
Салат Ароматный 40	Помидор свежий 20	Огурец свежий 20	Помидор свежий 25	Огурец свежий порционный 15
Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне 150	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне 150	Суп картофельный с рисом на кур.бульоне 150	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на кур.бульоне ЯС 150/10	Суп из овощей кур бульоне 150
Фрикадельки из говядины из п/ф 50	Котлета рыбная Любительская С (навага) 60	Шницель рубленый из птицы 60	Биточки рубленые из говядины 60	Гуляш из отварного мяса говядины 30/30
Каша гречневая вязкая 110	Картофельное пюре 100	Капуста свежая тушеная 100	Гороховое пюре 100	Каша перловая вязкая 100
Напиток из плодов шиповника 150	Напиток из апельсинов 150	Компот из ягод 150	Сок 150	Компот из сухофруктов 150
Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 15
Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 15	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 30
Уплотненный полдник (до 3 лет)				
Икра кабачковая (консервы) 30	Огурец свежий 20	Салат из моркови с сахаром 40	Салат из свежих огурцов 40	Десерт фруктовый (апельсин) 75
Вареники с картофелем с маслом 150/5	Мякоть цыпленка тушеная в сметанном соусе 40/40	Десерт фруктовый (банан) 80	Котлета рыбная из минтая 60	Салат из моркови с яблоками 40
Пюре фруктовое Малышам 125мл.	Макароны отварные А Я 100/5	Пудинг из творога с яблоками 80	Картофель отварной 100	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным 100/20
Пряники в асс. 27г. 27	Чай с сахаром 150	Повидло порционное С 10	Чай с сахаром 150	Чай без сахара 150
Хлеб пшеничный 15	Трубочка слоёная в ассортименте 35	Чай с сахаром 150	Булочка Ванильная 50	Вафли в асс 18 г.
Чай без сахара 150	Хлеб пшеничный 15	Печенье Сахарное 20	Хлеб пшеничный 15	

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак 1 (до 3 лет)				
Батон с маслом и сыром 20/5/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5	Батон с маслом 20/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5
Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом 150/5/2	Десерт фруктовый (банан) 60	Каша молочная рисовая жидкая с сахаром и маслом 150/5/2	Яйцо вареное 20	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом 150/5/2
Чай с молоком 150	Омлет натуральный 80	Чай с молоком 150	Суп молочный геркулесовый 150	Чай с молоком 150
	Какао с молоком 150		Кофейный напиток с молоком 150	
Завтрак 2 (до 3 лет)				
Ряженка 150	Снежок 150	Варенец 150	Напиток сывороточный 150	Кефир 150
Обед (до 3 лет)				
Помидор свежий 20	Огурец свежий 20	Помидор свежий 15	Салат Ароматный 40	Огурец свежий 25
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне 150	Суп из овощей кур бульоне 150	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне 150	Суп картофельный с фрикадельками 25/150	Суп лапша домашняя на кур.бульоне 150
Котлета рубленая из говядины из п/ф 60	Запеканка картофельная с минтаем 135	Гуляш из отварного мяса 30/30	Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом 150	Жаркое по-домашнему из говядины 1 25/125
Рис отварной с овощами 100	Кисель из ягод 150	Макароны отварные А Я 100/5	Напиток лимонный 150	Компот из ягод 150
Компот из сухофруктов 150	Хлеб пшеничный 15	Сок 150	Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30
Хлеб пшеничный 15		Хлеб пшеничный 20		
Уплотненный полдник (до 3 лет)				
Десерт фруктовый(апельсин) 60	Салат из свежей капусты 40	Салат из моркови с яблоками 40	Помидор свежий 20	Десерт фруктовый (груша) 60
Огурец свежий 25	Тефтели мясные с соусом сметанным 60/60	Десерт фруктовый(апельсин) 60	Биточки рыбные с овощами запеченные пбг (навага) 60	Салат из моркови с сахаром 40
Шницель рубленый из птицы 60	Каша гречневая вязкая 100	Сырники классические со сгущенным молоком 100/20	Картофельное пюре 100	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ. 100/20
Картофель запеченный с растительным маслом 110	Чай с сахаром 150	Чай без сахара 150	Чай с сахаром 150	Чай с шиповником без сахара 150
Чай без сахара 150	Сушка 1 шт	Крендель сахарный 30	Булочка десертная (повидло) 50	Пряники в асс. 27г. 27
Вафли в асс 18 г.	Хлеб пшеничный 15		Хлеб пшеничный 20	
Хлеб пшеничный 15				