

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

М.В. Чурочкин сар/104, Соловушка'

Кичаев В.А. Кичашев



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»

Солоднева Т.В. Солоднева

Примерное циклическое меню для организации питания детей, в возрасте с 3 до 7 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

Замотин А.П. Замотин

Технолог *Филатова* О.Г. Филатова

Технолог *Семенова* Е.М. Семенова

Примерное 10-дневное меню Сад на весенне-летний период

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)				
Батон с маслом и сыром 30/5/5	Батон с маслом 30/5	Батон с маслом и сыром 30/5/5	Батон с маслом и сыром 30/5/5	Батон с маслом и сыром 30/5/5
Каша молочная манная жидкая с сахаром и маслом 200/5/2	Десерт фруктовый (яблоко) 60	Каша молочная ячневая с сахаром и маслом 200/5/2	Суп молочный гречневый 200	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом 200/5/2
Кофейный напиток с молоком 180	Омлет натуральный 100	Какао с молоком 180	Чай с молоком 180	Кофейный напиток с молоком 180
	Чай с молоком 180			
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)				
Ряженка 150	Снежок 150	Варенец 160	Напиток сывороточный 150	Кефир 150
Обед 1 (с 3 до 7 лет)				
Салат из свеклы 40	Огурец свежий порционный 15	Салат из картофеля с солеными огурцами Я 40	Помидор свежий 15	Винегрет овощной 40
Рассольник ленинградский на кур.бульоне 200	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне 200	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне 200	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, на кур.бульоне С 200/10	Суп из овощей на кур.бульоне 200
Фрикадельки из говядины из п/ф 70	Котлета рыбная Любительская С (навага) 80	Шницель рубленый из птицы 75	Биточки рубленые 70	Гуляш из отварного мяса говядины 40/40
Рагу из овощей 130/5	Картофельное пюре 130	Капуста свежая тушеная 130	Гороховое пюре 130	Каша перловая вязкая 130
Компот из яблок 180	Напиток из апельсинов 180	Компот из ягод 180	Кисель из сока натурального 180	Компот из сливы 180
Хлеб пшеничный 20	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20
Хлеб ржаной 40	Хлеб пшеничный 20	Хлеб пшеничный 20	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)				
Икра кабачковая (консервы) 30	Салат Степной 50	Десерт фруктовый (банан) 70	Десерт фруктовый (яблоко) 60	Салат из моркови с яблоками 40
Десерт фруктовый (апельсин) 70	Плов из мяса 30/150	Салат из моркови с сахаром 40	Рыба горбуша запеченная в омлете 80	Десерт фруктовый (апельсин) 55
Вареники с картофелем с маслом 150/5	Чай с сахаром 180	Пудинг из творога с яблоками 100	Картофель отварной 130	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенными 120/20
Чай с сахаром 180	Плюшка Московская 50	Повидло порционное 20	Чай без сахара 180	Чай без сахара 180
Пряники в асс. 27г. 27	Хлеб пшеничный 20	Чай с сахаром 180	Трубочка слоёная в ассортименте 35	Вафли в асс 18 г.
Хлеб пшеничный 20		Печенье Сахарное 20	Хлеб пшеничный 20	

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)					
Батон с маслом и сыром 30/5/5	Батон с маслом и сыром 30/5/5	Батон с маслом и сыром 30/5/5	Батон с маслом 30/5	Батон с маслом и сыром 30/5/5	Батон с маслом и сыром С 30/5/5
Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом 200/5/2	Десерт фруктовый (банан) 60	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом 200/5/2	Яйцо вареное 20	Каша молочная гречневая жидкая с сахаром и маслом 200/5/2	Суп молочный с макаронными изделиями С (молоко, вода) 200
Чай с молоком 180	Омлет натуральный 100	Чай с молоком 180	Суп молочный геркулесовый 200	Чай с молоком 180	Кофейный напиток с молоком (вода) С 180
	Какао с молоком 180		Кофейный напиток с молоком 180		
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)					
Ряженка 150	Снежок 150	Варенец 150	Напиток сывороточный 180	Кефир порционный 160	Ряженка Я 160
Обед 1 (с 3 до 7 лет)					
Салат Степной 40	Икра кабачковая (консервы) 30	Помидор свежий 15	Винегрет овощной 40	Салат Ароматный 40	Салат Здоровье Я 40
Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне 200	Суп из овощей на кур.бульоне 200	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне 200	Суп картофельный с фрикадельками 25/200	Суп лапша домашняя на кур. бульоне 200	Суп картофельный с горбушей С (ПБГ) 15/200
Котлета рубленая из говядины из п/ф 86 гр 70	Запеканка картофельная с минтаем 190	Гуляш из отварного мяса свинины 40/40	Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом 150	Жаркое по-домашнему из говядины 25/150	Плов из птицы С (мел.кусок) 150
Рис отварной с овощами 150	Кисель из ягод 180	Макароны отварные с маслом растительным 150/5	Напиток лимонный 180	Компот из ягод 180	Напиток из апельсинов С 180
Компот из яблок 180	Хлеб пшеничный 20	Сок 180	Хлеб пшеничный 25	Хлеб пшеничный 25	Хлеб пшеничный Я 20
Хлеб пшеничный 20	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной Я 40
Хлеб ржаной 30		Хлеб пшеничный 25			
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)					
Десерт фруктовый(апельсин) 60	Салат из свеклы 40	Салат из моркови с яблоками 60	Десерт фруктовый (яблоко) 60	Десерт фруктовый (груша) 70	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 70
Салат из свежей капусты 40	Тефтели мясные с соусом сметанным 60/60	Десерт фруктовый (апельсин) 65	Биточки рыбные с овощами запеченные 80	Салат из моркови с сахаром 60	Огурец свежий порционный С 15
Шницель рубленый из птицы 75	Каша гречневая вязкая 130	Сырники классические со сгущенным молоком 100/20	Картофельное пюре 130	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ. 120/20	Фрикадельки мясные (мясо птицы,говядина) С 80
Картофель запеченный с маслом растительным 130	Чай с сахаром 180	Чай без сахара 180	Чай с сахаром 180	Чай без сахара 180	Рагу из овощей С 130/5
Чай без сахара 180	Печенье Сахарное 20	Крендель сахарный 50	Ватрушка с повидлом 40	Пряники в асс. 27г. 27	Чай без сахара д/с 180
Вафли в асс 18 г.	Хлеб пшеничный 20		Хлеб пшеничный 20		Мармелад в ассортименте 16 гр. 16
Хлеб пшеничный 20					Хлеб пшеничный Я 20

