

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

М.В. Чирков детский сад № 104, Соловушка

Кичаев



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ООО «ГАММА-плюс»



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 20/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5	Батон с маслом и сыром 20/5/5
Кофейный напиток с молоком 150	Десерт фруктовый (яблоко) 65	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			
Завтрак 2 (до 3 лет)				
Ряженка 150	Снежок 150	Варенец 150	Напиток сывороточный 180	Кефир порционный 160
Обед (до 3 лет)				
Салат из свеклы 40	Огурец свежий порционный 15	Салат из картофеля с солеными огурцами Я 40	Помидор свежий 20	Винегрет овощной 40
Рассольник ленинградский на кур.бульоне 150	Борщ из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне 150	Суп с макаронными изделиями 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
Рагу из овощей 100/5	Картофельное пюре 110	Капуста свежая тушеная 100	Гороховое пюре 100	Каша перловая вязкая 100
Компот из яблок 150	Напиток из апельсинов 150	Компот из ягод 150	Сок 150	Компот из сливы 150
Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 30	Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 20
Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 15	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 40
Уплотненный полдник (до 3 лет)				
Десерт фруктовый (апельсин) 75	Салат Степной 40	Салат из моркови с сахаром 40	Десерт фруктовый (яблоко) 55	Десерт фруктовый (апельсин) 75
Икра кабачковая (консервы) 30	Плов из мяса 30/100	Десерт фруктовый (банан) 85	Котлета рыбная из горбуши 70	Салат из моркови с яблоками 40
Вареники с картофелем с маслом 150/5	Чай с сахаром 150	Пудинг из творога с яблоками 80	Картофель отварной 100	Запеканка творожная с крошкой и молоком сгущенным 100/20
Чай с сахаром 150	Плюшка Московская 50	Повидло порционное С 10	Чай без сахара 150	Чай без сахара 150
Пряники в асс. 27г. 27	Хлеб пшеничный 20	Чай с сахаром 150	Трубочка слоёная в ассортименте 35	Вафли в асс 18 г.
Хлеб пшеничный 15		Печенье Сахарное 20	Хлеб пшеничный 15	

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота
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	Батон с маслом и сыром С 20/5/5
Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом 150/5/2	Десерт фруктовый (банан) 60	Каша молочная пшеничная жидкая с сахаром и маслом 150/5/2	Яйцо вареное 20	Каша молочная гречневая жидкая с сахаром и маслом 150/5/2	Суп молочный с макаронными изделиями Я (молоко, вода) 150
Чай с молоком 150	Омлет натуральный 80	Чай с молоком 150	Суп молочный геркулесовый 150	Чай с молоком 150	Кофейный напиток с молоком (вода) Я 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	Ряженка Я 150
Обед (до 3 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 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	Суп картофельный с горбушей Я (ПБГ) 10/150
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	Плов из птицы С (мел.кусок) 125
Рис отварной с овощами 100	Кисель из ягод 150	Макароны отварные А Я 100/5	Напиток лимонный 150	Компот из ягод 150	Напиток из апельсинов Я 150
Компот из яблок 150	Хлеб пшеничный 20	Сок 150	Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный 15	Хлеб пшеничный Я 20
Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 40	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной 30	Хлеб ржаной Я 40
Хлеб пшеничный 15		Хлеб пшеничный 20			
Уплотненный полдник (до 3 лет)					
Десерт фруктовый(апельсин) 60	Салат из свеклы 40	Салат из моркови с яблоками 40	Десерт фруктовый (яблоко) 75	Десерт фруктовый (груша) 60	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 90
Салат из свежей капусты 40	Тефтели мясные с соусом сметанным 60/60	Десерт фруктовый (апельсин) 70	Биточки рыбные с овощами запеченные пбг (навага) 60	Салат из моркови с сахаром 40	Огурец свежий Я 20
Шницель рубленый из птицы 60	Каша гречневая вязкая 100	Сырники классические со сгущенным молоком 100/20	Картофельное пюре 110	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ. 100/20	Фрикадельки мясные (мясо птицы, говядины) Я 60
Картофель запеченный с растительным маслом 110	Чай с сахаром 150	Чай без сахара 150	Чай с сахаром 150	Чай без сахара 150	Рагу из овощей Я 100/5
Чай без сахара 150	Сушка	Крендель сахарный 30	Ватрушка с повидлом 40	Пряники в асс. 27г. 27	Чай без сахара Я 150
Вафли в асс 18 г.	Хлеб пшеничный 15		Хлеб пшеничный 15		Мармелад в ассортименте 16 гр. 16
Хлеб пшеничный 20					Хлеб пшеничный Я 15