

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

М.В. Чурбанский сад № 104, Соловуха

Киреевский И. Игнатов



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 осенне-зимний период

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак 1 (до 3 лет)				
Батон с маслом и сыром С 20/5/5	Батон с маслом С 20/5	Батон с маслом и сыром С 20/5/5	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 70	Батон с маслом С 20/5
Каша молочная манная жидкая с печеньем (вода) Я 150	Омлет натуральный С 80	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/5/2	Батон с маслом и сыром С 20/5/5	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом Я 150/5/2
Кофейный напиток с молоком (вода) Я 150	Чай с молоком Я 150	Какао с молоком Я(вода) 150	Суп молочный с пшеном Я (молоко,вода) 150	Кофейный напиток с молоком (вода) Я 150
	Морковь порционная 25		Чай с молоком Я 150	
	Повидло порционное С 10			
Завтрак 2 (до 3 лет)				
Напиток сывороточный 150	Ряженка Я 150	Напиток сывороточный 150	Кефир Я 150	Напиток сывороточный 150
Обед (до 3 лет)				
Витаминный стол С (лук,чеснок) 5	Салат из свеклы Я 40	Салат из квашеной капусты с луком 40	Витаминный стол С (лук,чеснок) 5	Салат из свеклы Я 40
Икра морковная Я 40	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне Я 150	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне Я 150	Борщ с картофелем на кур.бульоне Я 150	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне Я(перл) 150
Рассольник ленинградский на кур.бульоне Я 150	Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным Я (минтай) 60/10	Плов из мяса (карбонат)Я 30/100	Фрикадельки мясные (мясо птицы,говядины) Я фарш Мд 50	Азу из говядины 1с.Я (Дана) 30/100
Котлета Сочная из п/ф (Дана) 50	Картофельное пюре Я 100	Компот из яблок Я п/с 150	Капуста свежая тушеная (без том.пасты) Я 100	Компот из сливы Я(заморож) 150
Макароны отварные А Я 100/5	Напиток лимонный Я 150	Хлеб пшеничный Я 20	Компот из ягод замороженная (смесь) Я 150	Хлеб пшеничный Я 20
Компот из сухофруктов Я 150	Хлеб ржаной Я 40	Хлеб ржаной Я 40	Хлеб ржаной Я 40	Хлеб ржаной Я 40
Хлеб пшеничный Я 15	Хлеб пшеничный Я 15		Хлеб пшеничный Я 15	
Хлеб ржаной А 30				
Уплотненный полдник (до 3 лет)				
Салат из свежей капусты 40	Салат из картофеля с солеными огурцами Я 40	Салат из моркови с сахаром Я 40	Икра кабачковая (консерв) 40	Салат из моркови с яблоками и сахаром Я 40
Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 70	Биточки рубленные Я (фарш Мд) 50	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 100	Котлета рыбная Любительская С (навага) 60	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 80
Рулет мясной с луком и яйцом (фарш М.д. мясо птицы,говядина) Я 60	Каша гречневая вязкая Я 100	Пудинг из творога с молоком сгущ.Дружба (запеканка .п/ф) 75/10	Картофель отварной м/р А 100	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным(запеканка п/ф) 75/10
Картофель запеченный с растительным маслом Я 110	Чай с сахаром Я 150	Чай без сахара Я 150	Чай с сахаром Я 150	Чай с сахаром Я 150
Чай с сахаром С 180	Пирожок с яблоками 50	Вафли в асс 18 г.	Трубочка слоёная в ассортименте из п/ф 42г. 35	Печенье Сахарное 20 гр 20
Сушка 10г. д/с 2шт	Хлеб пшеничный Я 15		Хлеб пшеничный Я 15	
Хлеб пшеничный Я 15				

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак 1 (до 3 лет)				
Батон с маслом и сыром С 20/5/5	Батон с маслом С 20/5	Батон с маслом и сыром С 20/5/5	Батон с маслом и сыром С 20/5/5	Батон с маслом С 20/5
Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/2	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 80	Каша молочная ячневая жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/5/2	Яйцо вареное С 20 г 20	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом (вода) Я 150/5/2
Чай с молоком Я 150	Омлет натуральный С 80	Чай с молоком Я 150	Суп молочный с макаронными изделиями Я (молоко, вода) 150	Чай с молоком Я 150
	Кофейный напиток с молоком (вода) Я 150		Какао с молоком Я(вода) 150	
Завтрак 2 (до 3 лет)				
Напиток сывороточный 150	Ряженка Я 150	Напиток сывороточный 150	Кефир Я 130	Напиток сывороточный 150
Обед (до 3 лет)				
Салат из картофеля с солеными огурцами Я 40	Салат из свеклы Я 40	Суп лапша домашняя на кур. бульоне Я 150	Салат Витаминный с маслом растительным Я(ябл. мест) 45	Витаминный стол С (лук, чеснок) 5
Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне Я 150	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне Я(перл) 150	Фрикадельки Самарские (кур/гов) из п/ф Дана 50	Борщ с картофелем на кур. бульоне со сметаной Я 150/10	Винегрет овощной Я 40
Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом 150	Пудинг рыбный запеченый (навага) С 60	Рагу из овощей Я 100/5	Плов из птицы С (мел. кусок) 125	Суп гороховый на кур. бульоне Я 150
Компот из сливы Я(заморож) 150	Картофельное пюре Я 100	Компот из ягод замороженная (смесь) Я 150	Компот из сухофруктов Я 150	Запеканка картофельная с говядиной С (фарш М.д. Дана) 150
Хлеб ржаной А 30	Компот из яблок Я п/с 150	Хлеб пшеничный Я 20	Хлеб пшеничный Я 20	Напиток лимонный Я 150
Хлеб пшеничный Я 15	Хлеб пшеничный Я 15	Хлеб ржаной А 30	Хлеб ржаной Я 40	Хлеб пшеничный Я 15
	Хлеб ржаной Я 40			Хлеб ржаной А 30
Уплотненный полдник (до 3 лет)				
Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 60	Салат Степной Я 40	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 60	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 90	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 60
Салат из квашеной капусты с луком 40	Голубцы ленивые из говядины с рисом (фарш М.д. Дана) С 60	Салат из моркови с сахаром Я 40	Салат из соленых огурцов с луком С 20	Салат из моркови с яблоками и сахаром Я 40
Котлета рубленая (говядина, птица) С (фарш Мд) 50	Макароны отварные А Я 100/5	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком сгущенным (запеканка .п/ф) 100/10	Котлета рыбная Любительская С (навага) 60	Вареники ленивые отварные с молоком сгущ. С (Молвест) 100/20
Картофель отварной м/р А 100	Чай без сахара Я 150	Чай без сахара Я 150	Картофель запеченый с растительным маслом Я 110	Чай с сахаром Я 150
Чай с сахаром Я 150	Вафли в асс 18 г.	Печенье Сахарное 20 гр 20	Чай без сахара Я 150	Пряники в асс. 27г. 27
Булочка Веснушка Я 30	Хлеб пшеничный Я 20		Мармелад в ассортименте 16 гр. 16	
Хлеб пшеничный Я 15			Хлеб пшеничный Я 15	