

Общество с ограниченной ответственностью «ГАММА-плюс»

СОГЛАСОВАНО

Руководитель

М.В. Ткаченко
Кичаев



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

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 Сад на осенне-зимний период

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)				
Батон с маслом и сыром С 30/5/5	Батон с маслом С 30/5	Батон с маслом и сыром С 30/5/5	Батон с маслом и сыром С 30/5/5	Батон с маслом и сыром С 30/5/5
Каша молочная манная жидкая с печеньем (вода) С 200	Повидло порционное С 10	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом (вода) С 200/5/2	Суп молочный с пшеном Я (молоко, вода) 200	Каша молочная геркулесовая жидкая с сахаром и маслом С 200/5/2
Кофейный напиток с молоком (вода) С 180	Морковь порционная 25	Какао с молоком (вода) С 180	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 60	Кофейный напиток с молоком (вода) С 180
	Омлет натуральный С 100		Чай с молоком С 180	
	Чай с молоком С 180			
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)				
Напиток сывороточный 150	Ряженка Я 150	Напиток сывороточный 150	Кефир Я 150	Напиток сывороточный 150
Обед 1 (с 3 до 7 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 кур.бульоне С 200	Суп с макаронными изделиями на кур. бульоне С 200	Борщ с картофелем на курином бульоне С 200	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне Я (перл) 200
Рассольник ленинградский на кур.бульоне С 200	Фрикадельки рыбные запеченные с соусом молочным Я (минтай) 60/10	Плов из мяса (карбонат)С 30/150	Фрикадельки мясные (мясо птицы,говядины) С фарш Мд 60	Азу из говядины 1с.Я (Дана) 30/150
Котлета Сочная из п/ф (Дана) 70	Картофельное пюре 130	Компот из яблос С (мест) п/с 180	Капуста свежая тушеная(без том.пасты) Я 130	Компот из сливы С (заморож) п/с 180
Макароны отварные 130	Напиток лимонный С 180	Хлеб ржаной Я 40	Компот из ягод замороженная (смесь) С 180	Хлеб пшеничный Я 20
Компот из сухофруктов С 180	Хлеб ржаной Я 40	Хлеб пшеничный Я 20	Хлеб пшеничный Я 20	Хлеб ржаной Я 40
Хлеб пшеничный Я 20	Хлеб пшеничный Я 20		Хлеб ржаной Я 40	
Хлеб ржаной А 30				
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)				
Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 70	Салат из картофеля с солеными огурцами Я 40	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 100	Икра кабачковая (консервы) 30	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 60
Салат из свежей капусты 40	Биточки рубленные Я (фарш Мд) 60	Салат из моркови с сахаром С 60	Котлета рыбная Любительская С (навага) 80	Салат из моркови с яблоками и сахаром Я 40
Рулет мясной с луком и яйцом (фарш М.д. мясо птицы,говядина) Я 60	Каша гречневая вязкая С 130	Пудинг из творога с молоком суцц.Дружба (запеканка .п/ф) 100/10	Картофель отварной м/р А 130	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком стуженным (запеканка .п/ф) 100/10
Картофель запеченый с маслом растительным С 130	Чай с сахаром С 180	Чай без сахара д/с 180	Чай с сахаром С 180	Чай с сахаром С 180
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 25		Хлеб пшеничный 25	
Хлеб пшеничный Я 20				

Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)				
Батон с маслом и сыром С 30/5/5	Батон с маслом С 30/5	Батон с маслом и сыром С 30/5/5	Батон с маслом и сыром С 30/5/5	Батон с маслом и сыром С 30/5/5
Каша молочная Дружба жидкая с сахаром и маслом (вода) С 200/2	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 80	Каша молочная ячневая с сахаром и маслом (вода) С 200/5/2	Яйцо вареное С 20 г 20	Каша молочная кукурузная жидкая с сахаром и маслом (вода) С 200/5/2
Чай с молоком С 180	Омлет натуральный С 100	Чай с молоком С 180	Суп молочный с макаронными изделиями С (молоко, вода) 200	Чай с молоком С 180
	Кофейный напиток с молоком (вода) С 180		Какао с молоком (вода) С 180	
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)				
Напиток сывороточный 150	Ряженка Я 150	Напиток сывороточный 150	Кефир Я 150	Напиток сывороточный 150
Обед 1 (с 3 до 7 лет)				
Салат из картофеля с солеными огурцами Я 40	Салат из свеклы Я 40	Витаминный стол С (лук, чеснок) 5	Салат Витаминный с маслом растительным Я(ябл. мест) 45	Витаминный стол С (лук, чеснок) 5
Щи из свежей капусты с картофелем на кур.бульоне С 200	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне Я (перл) 200	Суп лапша домашняя на кур. бульоне С 200	Борщ с картофелем на кур.бульоне со сметаной С 200/10	Винегрет овощной Я 40
Пельмени отварные "МясБери" с курицей, с маслом 150	Пудинг рыбный запеченый (навага) 75	Фрикадельки Самарские (кур/гов) из п/ф Дана 70	Плов из птицы С (мел.кусок) 150	Суп гороховый на кур.бульоне С 200
Компот из сливы С (заморож) п/с 180	Картофельное пюре 130	Рагу из овощей С 130/5	Компот из сухофруктов С 180	Запеканка картофельная с говядиной С (фарш М.д.Дана) 150
Хлеб пшеничный Я 20	Компот из яблок С (мест) п/с 180	Компот из ягод замороженная (смесь) С 180	Хлеб пшеничный Я 20	Напиток лимонный С 180
Хлеб ржаной Я 40	Хлеб ржаной Я 40	Хлеб пшеничный Я 20	Хлеб ржаной Я 40	Хлеб пшеничный 25
	Хлеб пшеничный 25	Хлеб ржаной А 30		Хлеб ржаной Я 40
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)				
Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 60	Салат Степной С 50	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 70	Салат из соленых огурцов с луком Я 40	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 80
Котлета рубленая (говядина, птица) С (фарш Мд) 70	Голубцы ленивые из говядины с рисом (фарш М.д.Дана) С 60	Салат из моркови с сахаром Я 40	Десерт фруктовый (яблоко местное) Я 60	Салат из моркови с яблоками и сахаром Я 40
Картофель отварной м/р А 130	Макароны отварные 130	Запеканка творожная с крошкой Дружба с молоком гущенным (запеканка .п/ф) 100/10	Котлета рыбная Любительская С (навага) 60	Вареники ленивые отварные с молоком гущ. С 120/20
Чай с сахаром С 180	Чай без сахара д/с 180	Чай без сахара д/с 180	Картофель запеченый с маслом растительным С 130	Чай с сахаром С 180
Булочка Веснушка С 50	Вафли в асс 18 г.	Печенье Сахарное 20 гр 20	Чай без сахара д/с 180	Пряники в асс. 27г. 27
Хлеб пшеничный Я 20	Хлеб пшеничный 25		Мармелад в ассортименте 16 гр. 16	
			Хлеб пшеничный Я 20	