



Утверждаю

Директор

Патола О.Я.

Приказ №51-од от 10.01.2019

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ на 14 дней

Прием пищи	Наименование блюда	Прием пищи	Наименование блюда
ДЕНЬ 1		ДЕНЬ 8	
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями
	Бутерброд со слив. маслом и сыром		Бутерброды со слив. маслом и сыром
	Кофейный напиток с молоком		Кофейный напиток с молоком
ЗАВТРАК 2	Запеканка из творога со сгущ. молоком	ЗАВТРАК 2	Сырники со сгущ. молоком
	Молоко		Молоко
ОБЕД	Борщ с капустой, картофелем со сметаной	ОБЕД	Рассольник ленинградский со сметаной
	Картофель отварной со слив. маслом		Рыба тушеная с овощами
	Рыба сельдь солёная		Каша пшеничная со слив. маслом
	Компот из сушеных фруктов		Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной		Хлеб ржаной
	Помидор солёный		Икра морковная
ПОЛДНИК	Яблоки свежие	ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Сок фруктовый		Яблоко свежее
УЖИН	Гречка отварная со слив. маслом	УЖИН	Картофель отварной
	Хлеб пшеничный		Колбаса отварная (порциями)
	Гуляш из мяса говядины		Капуста тушеная
	Салат из белокочанной капусты		Молоко
	Молоко		Хлеб пшеничный
	Яйцо отварное		
УЖИН 2	Кефир 2,5%	УЖИН 2	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный		Хлеб пшеничный
	Булочка		Печенье
ДЕНЬ 2		ДЕНЬ 9	
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая
	Салат из зелёного горошка		Бутерброды со слив. маслом и сыром
	Бутерброды со сливочн. маслом и сыром		Кофейный напиток
	Кокао на молоке		Яйца вареные
ЗАВТРАК 2	Пирожки с капустой	ЗАВТРАК 2	Ватрушка с творогом
	Молоко		Молоко
ОБЕД	Суп картофельный с рисом и сметаной	ОБЕД	Суп картоф. с макарон. изд. на мясном бул. и сметаной
	Макаронные изделия отварные		Плов из мяса говядины
	Колбаса отварная (порциями)		Салат " Степной"
	Компот из сушеных фруктов		Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной		Хлеб ржаной
	Салат " Степной"		
ПОЛДНИК	Сок фруктовый	ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее		Яблоки свежие
	Рыба припущенная	УЖИН	Рыба сельдь солёная
			Пюре картофельное со слив. маслом
			Салат из зелёного горошка

УЖИН	Картофель отв. запеч. со слив. маслом
	Салат из соленых огурцов
	Молоко
	Хлеб пшеничный
УЖИН 2	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный
	Печенье
ДЕНЬ 3	
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная вязкая
	Бутерброд со слив. маслом и сыром
	Кофейный напиток с молоком
ЗАВТРАК 2	Пудинг из творога со сгущ. молоком
	Молоко
ОБЕД	Рассольник ленинградский со сметаной
	Тефтели рыбные
	Рис отварной
	Икра кабачковая
	Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее
УЖИН	Мясо курицы отварное
	Картофельное пюре со сл. маслом
	Винегрет овощной
	Молоко
	Хлеб пшеничный
	Яйца вареные
УЖИН 2	Кефир 2,5%
	Вафли
	Хлеб пшеничный
ДЕНЬ 4	
ЗАВТРАК	Омлет с сыром
	Салат из зеленого горошка
	Бутерброды с маслом
	Кофейный напиток с молоком
ЗАВТРАК 2	Ватрушка с творогом
	Молоко
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми и сметаной
	Гуляш из мяса говядины
	Помидор соленый
	Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной
	Гречка отварная со слив. маслом
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее
УЖИН	Рагу из овощей
	Колбаса отварная (порциями)
	Салат из солёных огурцов
	Молоко

УЖИН 2	Молоко
	Хлеб пшеничный
	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный
	Вафли

ДЕНЬ 10

ЗАВТРАК	Омлет натуральный
	Икра кабачковая
	Бутерброды со слив. маслом и сыром
	Какао на молоке
ЗАВТРАК 2	Запеканка из творога со сгущ. молоком
	Чай с сахаром
ОБЕД	Суп картофельный с рисом и сметаной
	Гуляш из мяса говядины
	Макароны отварные
	Помидор соленый
	Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоки свежие
УЖИН	Колбаса отварная (порциями)
	Картофель отварной
	Винегрет овощной
	Молоко
	Хлеб пшеничный
УЖИН 2	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный
	Печенье

ДЕНЬ 11

ЗАВТРАК	Суп молочный с рисом и слив. маслом
	Бутерброды с маслом и сыром
	Кофейный напиток с молоком
ЗАВТРАК 2	Ватрушка с творогом
	Молоко
ОБЕД	Суп картоф. с гречн. круп. на мясн. бул.и сметаной
	Овощное рогу
	Мясо куртцы отварное
	Икра морковная
	Компот из сушеных фруктов
	Яйцо отварное
Хлеб ржаной	
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее
УЖИН	Рыба припущенная
	Картофель отварн. запечин. со сл. масл.
	Салат из соленых огурцов
	Молоко
	Хлеб пшеничный
	Кефир 2,5%

УЖИН 2	Хлеб пшеничный
	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный
	Печенье
ДЕНЬ 5	
ЗАВТРАК	Каша геркулесовая молочная жидкая
	Бутерброды с маслом
	Чай с сахаром
ЗАВТРАК 2	Сырники со сгущ. молоком
	Молоко
ОБЕД	Борщ с капустой, картофелем со сметаной
	Котлеты из мяса говядины
	Каша пшенная
	Салат из зелён. горошка
	Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее
УЖИН	Рыба сельдь солёная
	Картоф. отварн. запечённый со слив. масл.
	Икра свекольная
	Молоко
	Хлеб пшеничный
УЖИН 2	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный
	Вафли

ДЕНЬ 6	
ЗАВТРАК	Макаронны, запеченные с сыром
	Икра кабачковая
	Бутерброды с маслом
	Кофейный напиток с молоком
ЗАВТРАК 2	Оладьи с повидлом
	Молоко
ОБЕД	Щи из свеж. капусты с картоф. и сметаной
	Тефтели рыбные паровые
	Рис отварной
	Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной
	Помидор солёный
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее
УЖИН	Колбаса отварная (порциями)
	Картофель отв. со слив. маслом
	Винегрет овощной
	Молоко
	Хлеб пшеничный
	Яйцо отварное
УЖИН 2	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный

УЖИН 2	Вафли
	Хлеб пшеничный

ДЕНЬ 12	
ЗАВТРАК	Омлет с сыром
	Икра кабачковая
	Бутерброды с маслом
	Кофейный напиток с молоком
ЗАВТРАК 2	Пудинг из творога со сгущ. молоком
	Молоко
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми и сметаной
	Биточки мясные
	Помидор солёный
	Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной
	Гречка отварная
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее
УЖИН	Картофельное пюре со сл. маслом
	Колбаса отварная (порциями)
	Капуста тушенная
УЖИН 2	Молоко
	Хлеб пшеничный
	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный
	Печенье

ДЕНЬ 13	
ЗАВТРАК	Суп молочный геркулесовый
	Бутерброды с маслом и сыром
	Кофейный напиток
ЗАВТРАК 2	Пирожки с капустой
	Молоко
ОБЕД	Борщ с капустой, картофелем со сметаной
	Котлеты из мяса говядины
	Каша пшенная
	Салат из зелён. горошка
	Компот из сушеных фруктов
	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее
УЖИН	Рыба сельдь солёная
	Картоф. отварн. со слив. масл.
	Икра свекольная
	Молоко
	Хлеб пшеничный
УЖИН 2	Кефир 2,5%
	Хлеб пшеничный
	Вафли

ДЕНЬ 14	
	Суп молочный с гречневый

	Печенье
ДЕНЬ 7	
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая
	Бутерброды с маслом
	Чай с сахаром
ЗАВТРАК 2	Ватрушка с творогом
	Кофейный напиток с молоком
ОБЕД	Суп картоф. с пшён. круп. на мясн. бул.и сметаной
	Овощное рогу
	Мясо курицы отварное
	Икра свекольная
	Компот из сушеных фруктов
	Яйцо отварное
	Хлеб ржаной
ПОЛДНИК	Сок фруктовый
	Яблоко свежее
УЖИН	Мясо говяд тушенное
	Пюре картофельное
	Салат из соленых огурцов
	Молоко
	Хлеб пшеничный
УЖИН 2	Кефир 2,5%
	Вафли
	Хлеб пшеничный

ЗАВТРАК	Бутерброд со слив. маслом и сыром
	Чай с сахаром
ЗАВТРАК 2	Оладьи с повидлм
	Молоко
ОБЕД	Щи из свеж. капусты со сметаной
	Тефтели рыбные
	Рис отварной
	Икра кабачковая
	Компот из сушеных фруктов
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной
	Сок фруктовый
УЖИН	Яблоко свежее
	Мясо курицы отварное
	Картофельное пюре со сл. маслом
	Винегрет овощной
	Молоко
УЖИН 2	Хлеб пшеничный
	Яйца вареные
	Кефир 2,5%
УЖИН 2	Печенье
	Хлеб пшеничный