

**СВОДНАЯ КАРТА ПИТАНИЯ**

**2018год**

	<i>Наименование блюда</i>	<i>Выход блюд</i>	
		<i>ясли</i>	<i>сад</i>
<b>1 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК- I</b>	Омлет натуральный	50	60
8.15	Вермешель молочная	150	200
	Чай с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок фруктовый	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы с зеленым горошком	50	60
12.00	Суп картофельный с мясными фрикадельми	150/20	250/35
	Котлета рыбная с молочным соусом	60/50	70/50
	Сложный гарнир	65/65	75/75
	Кисель из свежих ягод(концентрата)	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	20/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Молоко	150	200
15.30	Булочка "Веснушка"	50	60
	Фрукты	70	70
<b>УЖИН</b>	Запеканка морковная с творогом и яблоч.соусом	160/50	250/50
18.30	Чай с лимоном	150/7	200/7
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	20/25
<b>2 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК- I</b>	Каша из хлопьев овсянных "Геркулес" молочная	200	250
8.15	Кофейный напиток с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с сыром	20/8,5	25/12,5
<b>ЗАВТРАК II</b>	Сок фруктовый	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Салат картофельный с соленым огурцом	50	60
12.30	Свекольник со сметаной на мясном бульоне	150/5	250/5
	Плов из отварной говядины	190	220
	Компот из плодов или ягод сушеных	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисломолочная продукция(бифивид)	150	200
15.30	Кондитерское изделие	14	40
	Фрукты	100	100
<b>УЖИН</b>	Рагу из овощей	200	220
18.30	Чай с сахаром	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	20/25
<b>3 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>	Пудинг творожный запеченный со слад.соусом	130/50	150/50
8.15	Какао с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с маслом	15/5	25/5
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови с зеленым горошком	50	60
12.30	Суп картофельный с клецками	150/20	200/25

	Тефтели из говядины молочном соусе	60/30	70/30
	Капуста тушеная	130	150
	Компот из свежих плодов или ягод	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисломолочное изделие(йогурт)	150	200
15.30	Пирожок с картофелем и луком	60	60
	Фрукты	50	50
<b>УЖИН</b>	Помидор свежий порционный	50	60
18.30	Кнели рыбные припущенные с томатным соусом	60/25	75/25
	Рис припущенный	100	130
	Чай с сахаром	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	20/25
<b>4 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет натуральный	50	60
8.15	Каша рисовая молочная	130	150
	Кофейный напиток с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с сыром	20/8,5	25/12,5
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок фруктовый	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Салат картоф.с кукурузой и морковью	50	60
12.30	Шци из свежей капусты с картофелем	150	250
	Зразы из говядины с молочным соусом	60/50	70/50
	Картофель отварной	130	
	Каша гречневая рассыпчатая		150
	Кисель из свежих ягод(концентрата)	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Молоко	150	200
15.30	Кондитерское изделие	14	40
	Фрукты	100	100
<b>УЖИН</b>	Запеканка овощная с томатным соусом	150/50	250/50
	Чай с лимоном	150/7	200/7
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	15/25
<b>5 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная	200	250
8.15	Кофейный напиток с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с маслом, сыром	20/5/8,5	25/5/12,5
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Винегрет овощной	50	60
12.00	Суп картофельный с рыбными консервами	150	250
	Голубцы ленивые со сметанным соусом	60/30	70/30
	Картофельное пюре	130	150
	Компот из свежих плодов или ягод	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисломолочная продукция(биокефир)	150	200
15.30	Булочка домашняя	60	70
	Фрукты	50	80

<b>УЖИН</b>	Огурец свежий порционный	50	60
18.30	Фрикадельки из говядины с молочным соусом	60/50	
	Колбаса отварная с томатным соусом		69/30
	Макаронные изделия отварные	100	130
	Чай с сахаром	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	20/25
<b>6 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная молочная	200	250
8.15	Чай с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с маслом	20/5	25/5
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок фруктовый	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы с соленым огурцом	50	60
12.00	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	150	250
	Суфле из кур	60	70
	Капуста тушеная	130	150
	Компот из смеси сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисломолочное изделие(йогурт)	150	200
15.30	Кондитерское изделие	14	40
	Фрукты	100	120
<b>УЖИН</b>	Помидор свежий порционный	50	60
18.30	Рыба запеченная с картофелем по-русски	200	230
	Чай с лимоном	150/7	200/7
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	20/25
<b>7 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>	Запеканка из творога со сладким соусом	150/50	200/50
8.15	Кофейный напиток с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с маслом	15/5	20/5
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови с зеленым горошком	50	60
12.00	Борщ со свежей капусты со сметаной	150/5	250/5
	Кнели из говядины	60	70
	Картофель в молоке	130	150
	Компот из свежих плодов или ягод	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Молоко	150	200
15.30	Булочка молочная	60	70
	Фрукты	70	70
<b>УЖИН</b>	Рагу из овощей	220	230
18.30	Чай с сахаром	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	15/25
<b>8 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет натуральный	50	60
авг.15	Каша молочная "Дружба"	130	150

	Кофейный напиток с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный	15	25
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок фруктовый	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы с морковью	50	60
12.00	Суп картофельный с макаронными изделиями	150	250
	Тефтели из говядины с молочным соусом	60/30	70/30
	Сложный гарнир	65/65	75/75
	Кисель из свежих ягод(концентраты)	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Кисломолочная продукция( снежок)	150	200
15.30	Кондитерские изделия	14	40
	Фрукты	120	100
<b>УЖИН</b>	Огурец соленый порционный	50	60
18.30	Биточек рыбный с соусом	60/30	70/30
	Каша гречневая рассыпчатая	100	130
	Чай с сахаром	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	15/25
<b>9 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша кукурузная молочная	200	250
8.15	Какао с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с сыром	20/8,5	25/12,5
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок фруктовый	100	100
10.00			
<b>ОБЕД:</b>	Салат картофельный с соленым огурцом	50	60
12.00	Щи со свежей капусты,картофеля, со сметаной	150/5,5	250/8,5
	Рагу из птицы	200	220
	Компот из плодов или ягод сушеных	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	К/молочная продукция	150	200
15.30	Булочка "Алтайская"	50	60
	Фрукты	100	100
<b>УЖИН</b>	Овощи свежие порционные	50	60
18.30	Фрикадельки из говядины с молочном соусе	60/30	80/30
	Макаронные изделия отварные	100	130
	Чай с лимоном	150/7	200/7
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	20/25
	Фрукты	50	100
<b>10 ДЕНЬ</b>			
<b>ЗАВТРАК</b>	Яйцо вареное	40	40
8.15	Каша пшеничная молочная	150	200
	Кофейный напиток с молоком	150	200
	Хлеб пшеничный с сыром	20/8,5	25/12,5
<b>ЗАВТРАК- II</b>	Сок фруктовый	100	100
10.00			
<b>ОБЕД</b>	Салат из свежих огурцов	50	60
12.00	Рассольник с мясом птицы	150/18	250/25

	Суфле из печени	60	80
	Картофельное пюре	130	150
	Компот из смеси сухофруктов	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	15/20	30/25
<b>ПОЛДНИК</b>	Молоко	150	200
15.30	Кондитерское изделие	12	40
	Фрукты	100	100
<b>УЖИН</b>	Овощи свежие порционные	50	60
18.30	Пудинг овощной с молочным соусом	150/30	220/30
	Чай с сахаром	150	200
	Хлеб пшеничный /хлеб ржаной	20/20	15/25