

УТВЕРЖДАЮ

Гуцу



ОСЕНЬ ЗИМА

ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 1-Я СТУПЕНЬ (до 3-х ЛЕТ)



1я стр

День 1			День 2			День 3			День 4			День 5		
№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
230/21	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	232/21	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	236/21	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	140	227/21	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	229/21	КАША "ДРУЖБА"	140
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	20
75/21	СЫР ПОРЦИОННО	10	79/21	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ.	10	579/21	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	10	86/21	ПОВИДЛО	10	75/21	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ ПОРЦ.	10
460/21	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	462/21	КАКАО С МОЛОКОМ	180	465/21	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	460/21	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	462/21	КАКАО С МОЛОКОМ	180
2-ОЙ ЗАВТРАК			2-ОЙ ЗАВТРАК			2-ОЙ ЗАВТРАК			2-ОЙ ЗАВТРАК			2-ОЙ ЗАВТРАК		
501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ	100
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
1/21	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ	30	14/21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	2/21	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	30	15/21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	30	26/21	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ	30
115/21	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	113/21	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	131/21 143/21	СУП-ПЮРЕ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С ГРЕНКАМИ	150/10	98/21 433/21	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	150/10	116/21 433/21	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ СО СМЕТАНОЙ	150/10
418/13	ПЮРЕ ИЗ КУР	50	355/21 403/21	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	150/50	339/21	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	307/21	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	50	334/21 419/21	КАРТОФЕЛЬНАЯ ЗАПЕКАНКА С МЯСОМ И ТОМАТНЫМ СОУСОМ	150/20
256/21	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	150	202/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	385/21	РИС ОТВАРНОЙ	110	496/21	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	150
495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	10	488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	150	495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	10
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	10	574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	10	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	10	574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40				574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40	574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ.	40			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
530/21	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	581/21	ПРЯНИК	30	531/21	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	550/21	МАННИК	50	582/21	ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ	30
470/21	КЕФИР	150	469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100	470/21	ЙОГУРТ	150	470/21	КЕФИР	150	469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	100
			82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90							82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
353/13	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ	60	376/21	РАГУ ИЗ ПТИЦЫ	180	368/21	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	283/21 406/21	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА ПАРОВОЙ С МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	140/40	21/21	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30
152/21	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	120	461/21	ЧАЙ КАРКАДЕ	180	175/22	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	476/21	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	300/21	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	150
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	40	457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	180	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	40	459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	40				573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	40				573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ.	40

как 2кг

ВЕСНА - ЛЕТО
ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ 1-Я СТУПЕНЬ (до 3-х ЛЕТ)

2я стр

День 6			День 7			День 8			День 9			День 10		
№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход	№ рецепта	Наименование блюда	Выход
ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК			ЗАВТРАК		
232/21	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	213/21	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	140	234/21	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ	140	235/21	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	140	139/21	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	140
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	20	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	20	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	20	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	20	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	20
79/21	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ	10	583/21	ПЕЧЕНЬЕ ОВСЯНОЕ	10	75/21	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ ПОРЦ	10	79/21	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦ	10	578/21	СУШКИ	10
465/21	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	461/21	ЧАЙ КАРКАДЕ	180	462/21	КАКАО С МОЛОКОМ	180	465/21	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	180
2-ОЙ ЗАВТРАК			2-ОЙ ЗАВТРАК			2-ОЙ ЗАВТРАК			2-ОЙ ЗАВТРАК			2-ОЙ ЗАВТРАК		
501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ	100	501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ	100	501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ	100	501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ	100	501/21	СОК ФРУКТОВЫЙ ПОРЦ	100
ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД			ОБЕД		
17/21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	30	5/21	САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ БЕЛОКОЧАННОЙ С ОГУРЦОМ	30	14/21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	30	150/21	ИКРА КАБАЧКОВАЯ	30	17/21	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ	30
129/21	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	104/21 433/21	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ СО СМЕТАНОЙ	150/10	100/21 433/21	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	150/10	95/21 433/21	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	150/10	118/21	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ	150
308/21	КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	50	339/21	КОТЛЕТА ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	358/21	ПЕЧЕНЬ ГОЛЯЖЬЯ ТЕРТАЯ	50	350/21	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ - "ЕЖИКИ"	50	333/21 419/21	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ	160/20
377/21	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	388/21	ПЮРЕ ИЗ ГОРОХА	110	256/21	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	110	175/21	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	110	487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	150
486/21	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	488/21	КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ С ЯБЛОКАМИ	150	496/21	НАПИТОК ИЗ ПИЛЛОВНИКА	150	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	10
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	10	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	10	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	10	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	10	574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	40
574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	40	574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	40	574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	40	574/21	ХЛЕБ РЖАНОЙ ПОРЦ	40			
ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК			ПОЛДНИК		
579/21	СУХАРИК ВАНИЛЬНЫЙ	30	542/21	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	535/21	ПИРОЖОК С КАПУСТОЙ	50	581/21	ПРЯНИК	30	545/21	СДОБА ОБЪЕКТОВЕННАЯ	50
470/21	ЙОГУРТ	100	470/21	КЕФИР	150	469/21	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	470/21	ЙОГУРТ	100	470/21	РЯЖЕНЦА	100
82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90							82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	90	82/21	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ ПОРЦ	90
УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН			УЖИН		
369/21	СУФЛЕ ИЗ КУР С РИСОМ	180	279/21 437/21	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ ИЗ КУРАГИ	130/50	21/21	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	30	282/21 406/21	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ И МОЛОЧНЫМ СОУСОМ	130/50	303/21	СУФЛЕ РЫБНОЕ	60
			487/21	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ	180	268/21	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	460/21	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	377/21	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	120
457/21	ЧАЙ С САХАРОМ	180	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	40	459/21	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	40	495/21	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180
573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	40				573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	40				573/21	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ПОРЦ	40