

МЕНЮ:

Дата 1 марта

ККАЛ

102/114	Завтрак: Каша геркулес. мал.	150/180
65/77	Чай с медом	150/180
78/110	Булгур/яг с маслом	4/20/5/30

Обед: Суп картофель с бобовыми

182/197	и с мясом птицы	180/200
178/210	Каша гречневая рассып.	110/130
98/120	Гуляш и отварн. мясо	90/110
66/79	Картофель и мюшкетера	150/180
80/101	Телег ржаной	58/48

47/91	Полдник: Картофель. отварн. с маслом	110/130
56/94	Рыба, припущенная под соус.	60/80
60/72	Чай сладкий	150/180
48/73	Булка	20/30

Ужин:

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог

[Signature]

МЕНЮ:

Дата 4 марта

ККАЛ

		Завтрак: Макароны отварн.			
120	143	с маслом и сахаром	110	130	
65	77	чай с лимоном	150	180	
78	110	Булочка с мясом	4/20	5/30	
		Обед: Ухи со св. капустой с мясом			
94	105	книжи и со сметаной	5/180	6/200	
8	9,6	Рис припущенный с мясом	110	130	
146	173	Рулет мясной с яйцом	60	80	
109	145	Салат помид. с овощами	10	15	
12	18	Салат с консерв. кукурузы	-	30	
-	23	Каша из овсян. хлопьев	150	180	
90	108	Хлеб ржаной	38	48	
80	101	Полдник: Молоко кипяченое		130	150
85	102	Булочка с повидлом	20/10	30/15	
		Ужин: Запеканка из творога			
228	278	Салат помидорный с овощами	15	20	
13	17	чай с сахаром	150	180	
60	72	Булочка	10	15	
24	36				

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог *Зюков*

МЕНЮ:

Дата 5 марта

ККАЛ

177	212	Завтрак: Кошма чечнев. мол.	150	180		
60	72	Чай сладкий	150	180		
78	110	Булгур с маслом	4	20	15	30
14	20	и сыр	4	6		
118	131	Обед: Суп-лапша с мясом птицы	180	200		
100	118	Жюльен картофельное	110	130		
122	162	Шницель рыбный майон.	60	80		
15	22	Сauce белая оливной	10	15		
66	79	Каштан из шимовника	150	180		
80	101	Хлеб ржаной	38	48		
88	106	Полдник: Кефир	130	150		
135	202	Кремль сахарный	40	50		
243	278	Ужин: Жюль с мясом птицы	140	160		
60	72	Чай сладкий	150	180		
48	73	Булгур	20	30		

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог *Храб*

МЕНЮ:

Дата 6 марта

ККАЛ

147	146	Завтрак: каша манная мал.	150	180
65	77	Чай с лимоном	150	180
78	110	Бутерброд с мясом	4	20
14	20	и сыром	4	6
<hr/>				
146	163	Обед: суп картофель. с мясом и грибами	180	200
121	143	Макароны отварен. с мясом.	110	130
156	208	Котлета, рубленая и грибами	60	80
12	18	Соус майонез. с овощами	10	15
26	39	Салат из свеклы с рас. мясом	40	55
79	95	Кисель ягодный	150	180
80	101	Хлеб ржаной	38	48
<hr/>				
70	85	Полдник: корейн. салат на масле	150	180
-	85	Кашерета	-	20
83	83	Печенье	20	20
<hr/>				
Ужин: жаркое по-домашнему				
168	192	с мясом	140	160
-	17	салатной заправкой	-	30
60	72	чай сладкий	150	180
48	43	булка	20	30

Заведующий ДОУ

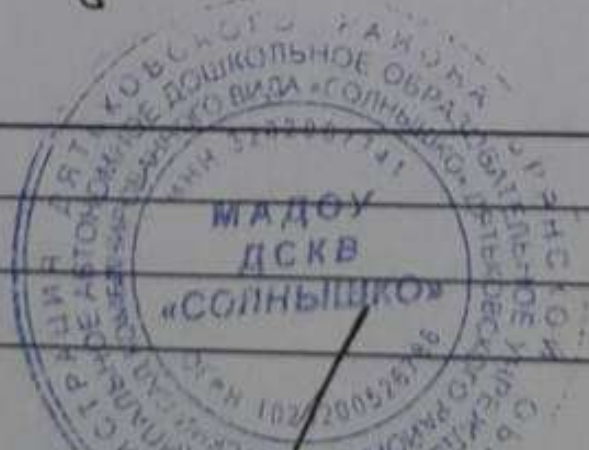
Сп-т диетолог *[подпись]*

МЕНЮ:

Дата 7 марта

ККАЛ

166/199	Завтрак: Венишкель маачыная	150/180
65/77	Чай с лимонами	150/180
78/110	Гушеровод с маачы	4/20/5/30
14/20	и сывэркы	4/6
78/84	Обед: Суп рыбный	180/200
100/118	Пюре картофельное	110/130
148/194	Пюре картофеля	60/80
7/11	Соус сметанный	10/15
90/108	Каша из гречихи	150/180
80/101	Хлеб ржаной	38/48
115/131	Полдник: Каша гречневая с мясом	
	и пюре	140/160
60/72	Чай сладкий	150/180
48/73	Булка	20/30
	Ужин:	



Заведующий ДОУ Сп-т диетолог А. Г. Г.

МЕНЮ:

Дата 11 марта

ККАЛ

Завтрак: <u>Каша чечневая рассыпч.</u>		
178/210	<u>с маслом и сахаром</u>	110/130
65/77	<u>Чай с лимоном</u>	150/180
78/110	<u>Бульон с маслом</u>	4/20 5/30
14/20	<u>и сметаной</u>	4/6
Обед: <u>Рассольник с мясом курицы</u>		
183/204	<u>и со сметаной</u>	5/180 6/200
8/9,6	<u>Рис отварной с маслом</u>	110/130
124/147	<u>Тюфля отварная порц.</u>	60/80
106/141	<u>салат с консерв. кукурузы</u>	-/30
-/23	<u>Сок том. с овощами</u>	10/15
12/18	<u>Котлет из фарша</u>	150/180
90/108	<u>Хлеб пшеничный</u>	38/48
80/101	Полдник: <u>Маффины мясные</u>	130/150
85/102	<u>Творог</u>	20/30
73/110		
Ужин: <u>Сырники с творогом</u>		
210/257	<u>со сметаной</u>	90/110
32/48	<u>Чай сладкий</u>	10/15
60/72	<u>Бульон</u>	150/180
24/36		10/15

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог



МЕНЮ:

Дата 12 марта

ККАЛ

202/243	Завтрак: Кашиа геркулес. мол.	150/180
60/72	Чай сладкий	150/180
78/110	Булочка с маслом	4/20/5/20
135/150	Обед: Суп жарко с мясом и грибами	180/200
100/118	Тюфле картофельное	110/130
88/118	Компота фруктовая малина	60/80
15/22	Соус белый основной	10/15
66/79	Напиток из шиповника	150/180
80/101	Хлеб ржаной	38/48
89/107	Полдник: Какао с молоком	150/180
100/150	Творожок с повидлом	40/50
156/195	Ужин: Омлет картофельный	80/100
-/33	с зеленью и грибами	-/30
60/72	Чай сладкий	150/180
48/43	Булка	20/30

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог *Афан*

МЕНЮ:

Дата 13 марта

ККАЛ

225	273	Завтрак: Кашиа малогн. Фрукта	150	180
65	47	Чай с лимонами	150	180
78	110	Галетероод с маслом	4	20
14	20	и сахаром	4	6
Обед: Суп картофа с крутой ч с				
147	157	миссой птицы	180	200
121	143	Макарони отварные	180	130
235	313	Шницель рублен. мясной	60	80
12	18	Соус томатн. с овощами	10	15
79	95	Кнели мясные	150	180
80	101	Хлеб ржаной	38	48
Полдник: Корейн. чаш. к на масле				
70	85	Корейн. чаш. к на масле	150	180
-	85	Корейн. чаш. к на масле	-	20
109	109	Вафлея	20	20
Ужин: Рау овощное с мясом птицы				
217	248	Рау овощное с мясом птицы	140	160
-	4	Сметанный соус	-	30
60	72	Чай сладкий	150	180
48	73	Булка	20	30

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог

Граф

МЕНЮ:

Дата 14 марта

ККАЛ

Завтрак: каша рисовая мал. 150/180
чай сладкий 150/180
бульон с маслом 4/20 | 5/30

Обед: суп картофель. с бобовыми и с
лесной птицей 180/200
запеканка картофель. с мясом 140/160
соус сметанный 10/15
свежий огурец - 30
картофель отварной 150/180
хлеб ржаной 38/48

Полдник: каша с маком 150/180
сахарок 20/30

Ужин: лапша с соевым соусом 110/130
сладкой пастилой 15/20
чай с сахаром 150/180
бульон 10/15

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог

А.А.А.

МЕНЮ:

Дата 15 марта

ККАЛ

154 185	Завтрак: каша пшеничная мал.	150 180
65 77	Чай с лимоном	150 180
78 110	Булочка с маслом	4 20 5 30
14 20	и сахаром	4 6

138 148	Обед: Свекла вареная с мясом курицы	
8 9,6	и со сметаной	5 180 6 200
178 210	Каша гречневая расс.	110 130
111 160	Пюре картофельное	90 110
66 79	Каша рисовая	150 180
80 101	Хлеб пшеничный	38 48

168 192	Полдник: Чай с лимоном	140 160
60 72	Чай сладкий	150 180
48 73	Булочка	20 30

Ужин:



Заведующий ДОУ / Сп-т диетолог Храф

МЕНЮ:

Дата 18 марта

ККАЛ

Завтрак: Макароны, запеченные

25/24

с сыром

110/130

90/108

Чай с лимоном

150/180

78/110

Булочка с маслом

4/20 || 5/30

94/105

Обед: Ухи со св. капустой с мясом

8/9,6

кнми и со сметаной

5/180 || 6/200

146/173

Рис припущенный с маслом

110/130

235/313

Булочки рублен. мясные

60/80

12/18

Супс похит. с овощами

10/15

-/23

Салат с консерв. кукурузе

-/30

90/108

Компот из фруктов

150/180

80/101

Хлеб ржаной

38/48

85/102

Полдник: Молоко кипяченое

130/150

36/54

Талочни кукурузные

15/18

227/228

Ужин: Запеканка из творога

90/110

13/17

Супс молочный скарпий

15/20

60/72

Чай с сахаром

150/180

24/36

Булочка

10/15

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог

Хроф

МЕНЮ:

Дата 19 марта

ККАЛ

147/146	Завтрак: Каши манная мол.	150/180
64/77	Чай с лимоном	150/180
78/110	Булочка с маслом	4/20 5/30
118/131	Обед: Суп-лапша с мясом курицы	180/200
100/118	Пюре картофельное	110/130
122/162	Шницель рыбный натур.	60/80
15/22	Соус белая оливковая	10/15
66/79	Каша гречневая	150/180
80/101	Хлеб ржаной	38/48
88/106	Полдник: Кефир	140/160
152/209	Булочка «Раисин»	40/50
243/248	Ужин: Суп с мясом птицы	140/160
60/72	Чай сладкий	150/180
48/73	Булочка	20/30

Заведующий ДОУ / Сп-т диетолог Кроф

МЕНЮ:

Дата 20 марта

ККАЛ

117/2123	Завтрак: каша гречневая мал.	150/180
65/74	чай с лимоном	150/180
78/110	Булгур с мясом	4/20/15/30
14/20	и сметаной	4/6
146/163	Обед: суп картофель. с мясом курицы	180/200
121/143	макаронные отварные	110/130
156/208	котлеты, рублен. из курицы	60/80
12/18	соус помидор. с овощами	10/15
79/95	кисель ягодный	150/180
80/101	хлеб пшеничный	38/48
70/85	Полдник: корейн. салат на масле	150/180
-/85	Компот	-/20
83/83	Темпеш	20/20
163/294	Ужин: Картофель тушен. в соусе с мясом	140/160
-/7	салатной заправкой	-/30
60/72	чай сладкий	150/180
48/73	булка	20/30

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог *Жура*

МЕНЮ:

Дата 21 марта

ККАЛ

202/243	Завтрак: каша геркулес. малоч.	150/180
65/77	Чай с лимоном	150/180
78/110	Грушевый пудинг с маслом	4/20/5/30
119/132	Обед: Уха с картофелем	180/200
100/118	Пюре картофельное	110/130
106/141	Птица отварная порц.	60/80
-/33	Салат из квас. зелени, горошка	-/30
12/18	Соус майонез. с овощами	10/15
90/108	Каша гречневая с фаршиком	150/180
80/101	Хлеб ржаной	38/48
89/107	Полдник: Какао с молоком	150/180
73/110	Гренки	20/30
174/213	Ужин: Пудинг с творогом и шоколадом	90/110
28/38	Соус сметанный с овощами	15/20
60/72	Чай с сахаром	150/180
24/36	Булка	10/15

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог

Граф

МЕНЮ:

Дата 22 марта

ККАЛ

166/199	Завтрак: Венишкы молочная	150/180
60/72	Чай сладкий	150/180
78/110	Булочки с маслом	4/20/15/20
14/20	и сахаром	4/6
140/155	Обед: Борщ с мясом телячьим и со сметаной	5/180/16/200
8/9,6		
178/210	Каша гречневая рассыпч. с мясом	110/130
109/145	Рулет с мясом и яйцом	60/80
12/18	Соус томатный с овощами	10/15
66/79	Компот из шиповника	150/180
80/101	Хлеб ржаной	38/48
269/318	Полдник: Картофель запечен.	110/130
43/57	Сырь с сал. перцем.	30/45
60/72	Чай сладкий	150/180
48/43	Булочка	20/30

Ужин:



Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог Хроф

МЕНЮ:

Дата 25 марта

ККАЛ

Завтрак: <u>Каша гречневая рассыпчатая</u>	
178/210	с маслом и сахаром 110/130
60/72	Чай сладкий 150/180
78/110	Бутерброд с маслом 4/20 5/30
14/20	и сыром 4/6
Обед: <u>Раисовый суп с мясом птицы и со сметаной</u>	
183/204	5/180 6/200
8/9,6	
124/147	Рис отварной с маслом 110/130
235/313	котлеты рублен. мясные 60/80
12/18	соус томатн. с овощами 10/15
90/108	картофель отварной 150/180
80/101	Хлеб пшеничный 38/48
Полдник: <u>Молоко кипяченое</u>	
85/102	130/150
84/126	Булочка с повидлом 10/20 15/30
Ужин: <u>Сырники из творога</u>	
210/256	90/110
32/48	со сметаной и сахаром 10/15
60/72	Чай сладкий 150/180
24/36	Булочка 10/15

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог Хроф

МЕНЮ:

Дата 26 марта

ККАЛ

154/185	Завтрак: Какао молочное мал.	150/180
60/42	Чай сладкий	150/180
78/110	Грушевый пирог с мясом	4/20/15/30
135/150	Обед: Суп Картофельный с мясом и грибами	180/200
100/118	Пюре картофельное	110/130
181/242	Тортешки рыбные тушеные	60/80
7/11	Соус сметанный	10/15
66/79	Каша манная с изюмом	150/180
80/101	Хлеб пшеничный	38/48
89/107	Полдник: Какао с молоком	150/180
99/148	Ваннучки с творогом	40/50
156/195	Ужин: Омлет картофельный	80/100
-/33	с зеленью и грибами	-/30
60/72	Чай сладкий	150/180
48/43	Грушка	20/30

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог *Григорьев*

МЕНЮ:

Дата 27 марта

ККАЛ

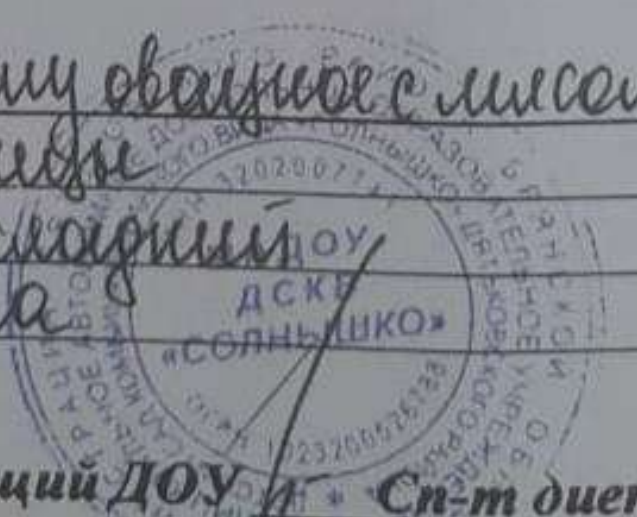
146/145	Завтрак: каша рисовая мал.	150/180
60/42	Чай сладкий	150/180
78/110	Бульон с маслом	4/20/5/30
14/20	и сыром	4/6

144/154	Обед: Суп картофель. с крупой и с	180/200
	мясом пшеницы	
121/143	Макароны отварные	110/130
235/313	Шницель рублен. мясной	60/80
12/18	соус том. с овощами	10/15
26/39	салат, свеклы с раст. масл.	40/55
79/95	Кисель ягодный	150/80
80/101	Хлеб пшенич.	38/48
70/85	Полдник: Корейн. ман. и на масле	150/180
-/85	Желе	-/20
109/109	Вафли	20/20

217/248	Ужин: Рагу овощное с мясом	140/160
	пшеницы	
60/42	Чай сладкий	150/180
48/43	Булка	20/30

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог



МЕНЮ:

Дата 28 марта

ККАЛ

147	176	Завтрак: каша манная малоч.	150	180
60	42	Чай сладкий	150	180
78	110	Бутерброд с маслом	4	20 5 30

182	197	Обед: суп картофель. с бобовыми и с	180	200
207	237	мясом пшеницы	140	160
15	22	Запеканка картофель. с мясом	10	15
-	7	Соус беловой основной	-	30
90	108	Соус белой сметаны	150	180
80	101	Каша гречневая	38	48
		Хлеб ржаной		

89	107	Полдник: каша овсяная	150	180
48	43	Булочка	20	30

178	210	Ужин: каша гречневая, кисель.	110	130
111	60	Пюре картофельное	90	110
60	42	Чай сладкий	150	180
48	43	Булочка	20	30

Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог *[Signature]*

МЕНЮ:

Дата 29 марта

ККАЛ

Завтрак: каша геркулес. маложир. 150/180
Чай сладкий 150/180
Булочка с маслом 4/20 || 5/30

Обед: Свекольник с мясом тушим
и со сметаной 5/180 || 6/200
Рис припущенный 110/130
Щи из отварн. мяса 90/110
Каша из пшеницы 150/180
Хлеб ржаной 38/48

Полдник: Творог картофельный. 110/130
Рыба припущенная по-европейски 60/80
Чай сладкий 150/180
Булочка 20/30

Ужин:



Заведующий ДОУ

Сп-т диетолог *[Signature]*