

МЕНЮ октябрь 2024

1-3

Прием пищи	Наименование блюда	выход	№ рецептуры
День 1			
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ И САХАРОМ	150	ТТК-16г
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	№383
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	№376
Обед	щи из свежей капусты с картофелем	180	№67
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ № 348	75	№286
	КАША ПШЕНИЧНАЯ	110	№314
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	20	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	
			0
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНАЯ С СОУСОМ №354	130	№237
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
Ужин	ОВОЩНОЕ РАГУ	130	№137
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	
Итого за 1 день:		1675	

1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	№
			рецепт
День 2			
Завтрак			
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	№215
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ ПОРЦИОННОЕ	20	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	№ 399
Обед	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С КУРИЦЕЙ	180	№76
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С КУРИЦЕЙ	130	298
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Уплотненный полдник	КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ВЯЗКАЯ	150	№185
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	15	СБ 2011
Ужин	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	30	№429
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392

Итого за 2 день:		1525	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	№ рецептуры
День 3			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ	150	№94
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	№376
Обед	СУП ПШЕНИЧНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	180	№80
	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	282
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355	40	№355
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Уплотненный полдник	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ В СОУСЕ №355	130	№133
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	СБ.2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ/булочка молочная	60	№ 3
Итого за 3 день:		1680	

1-3

Прием пищи	Наименование блюда	выход	№ рецепт
День 4			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	№168
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	№383
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	№ 399
ОБЕД	БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	№57
	ПЛОВ С КУРИЦЕЙ	130	№304
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
Уплотненный полдник	ЗРАЗА РЫБНАЯ С СОУСОМ №348	130	№265
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	№317
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	50	№454
Итого за 4 день:		1690	

1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	№ рецепт
		ГР	
День 5			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ	150	№93
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	СЫР ПОРЦИОННЫЙ	10	СБ 2011
	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	30	№429
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	№399
Обед	СУП ФАСОЛЕВЫЙ	180	№81
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПО КУПЕЧЕСКИ	130	ТТК-96
	СВЕКЛА ОТВАРНАЯ	50	СБ 2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ пшенично-ржаной	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Уплотненный полдник	БЛИНЧИКИ	100	№447
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	
	КИСЕЛЬ ПЛОДОГО ЯГОДНЫЙ	180	№383
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ПОВИДЛО	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	№368
Итого за 5 день:		1610	

1-3

Прием пищи	Наименование блюда	выход	№ рецепт
День 6			
Завтрак	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ И МАСЛОМ	130	№206
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	№394
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	№376
Обед	СУП С КАРТОФЕЛЕМ И С КЛЕЦКАМИ	180	№85
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	170	№301
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ пшенично-ржаной	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Уплотненный			
полдник	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ ОВСЯНАЯ	150	185
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Ужин			
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ПИРОГ ОТКРЫТЫЙ С ПОВИДЛОМ	50гр.	№459
Итого за 6 день:		1580	

Прием пищи	Наименование блюда	выход	№
			рецепт
День 7			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ МАННАЯ	150	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
Обед	СУП РИСОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	№80
	КОТЛЕТА ИЗ КУРИЦЫ	60	№305
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ № 355	20	№ 355
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ пшенично-ржаной	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Уплотненный полдник	ТЕФТЕЛИ ТУШЕНЫЕ В СОУСЕ № 355	70	№261
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	100	№125
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ПИРОЖОК СДОБНЫЙ С ПОВИДЛОМ	50	№458
Итого за 7 день:		1760	

1-3

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	№ рецепт
День 8			
Завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	150	№ 94
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
II Завтрак	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	№ 399
Обед	СУП ВЕРМИШЕЛЕВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	№82
	ТЕФТЕЛИ В СОУСЕ 348	75	№286
	ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ	110	№317
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ пшенично-ржаной	25	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Уплотненный полдник	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	100	№231
	СОУС СМЕТАННЫЙ № 354	20	№ 354
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	№460
Итого за 8 день:		1580	

Прием пищи	Наименование блюда	выход	№ рецепт
День 9			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	№168
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	100	№ 376
Обед	СУП ГОРОХОВЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	180	№ 81
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	+
	ОЛАДЬИ ПЕЧЕНОЧНЫЕ	60	№ 425
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Уплотненный полдник			
	КУЛЕШ С МЯСОМ ПТИЦЫ	150	№203
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
Ужин			
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	№392
	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	30	сб 2011
Итого за 9 день:		1540	

1-3

Прием пищи	Наименование блюда	выход	№
			рецепт
День 10			
Завтрак	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	№185
	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО ЯГОДНЫЙ	180	№383
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
II Завтрак	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	№376
Обед	ЩИ ПО УРАЛЬСКИ С КРУПОЙ ПШЕННОЙ	180	№72
	ФРИКАДЕЛЬКИ КУРИНЫЕ В СОУСЕ	85	№308
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	№376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНО РЖАНОЙ	30	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	
Уплотненный полдник	ОЛАДЬИ	100	№449
	СГУЩЕННОЕ МОЛОКО	20	сб 2011
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
Ужин	ЧАЙ С САХАРОМ	180	№392
	МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ С РИСОМ	100	№368
Итого за 10 день:		1735	

Меню разработано на основании Сборника рецептур 2011г. блюд и кулинарных изделий в дошкольных организациях редактор Могильный М.П.