**01.07.2021г. 4-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша ячневая молочная со сливочным маслом | 200 | 204,0 |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | 129,51 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 30/5 | 108 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,1 |
| **ОБЕД** | | |
| Суп «Харчо» на мясном бульоне | 250 | 122,0 |
| Тушеная капуста с куриным мясом | 220,0 | 280,0 |
| Компот из шиповника | 180,0 | 75,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,0 |
| Хлеб «Отрубной» | 20 | 87,0 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Булочка «Детская» | 70 | 267,0 |
| Чай с молоком | 180 | 47,0 |
| **УЖИН** | | |
| Каша пшеничная молочная со сливочным маслом | 200 | 281,17 |
| Чай зеленый | 180 | 60,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 78,6 |

**02.07.2021г. 5-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша кукурузная молочная со сливочным маслом | 200 | 281,48 |
| Какао на молоке | 180 | 90 |
| Бутерброд повидлом | 30/10 | 150,0 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 57,0 |
| **ОБЕД** | | |
| Суп «Рассольник» со сметаной на курином бульоне | 250/11 | 145,0 |
| Рыбная котлета | 70 | 90,0 |
| Отварной рис | 150 | 156,0 |
| Свежий огурчик кусочком | 40 | 4,9 |
| Кисель фруктовый | 180 | 60,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,00 |
| Хлеб «Ржаной» | 20 | 87 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Печенье | 45 | 94,0 |
| Чай с лимоном | 180/10 | 47 |
| **УЖИН** | | |
| Каша манная молочная со сливочным маслом | 200 | 192,0 |
| Чай сладкий | 180 | 43,00 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 70,0 |

**05.07.2021г. 6-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша гречневая молочная со сливочным маслом | 200 | 263,0 |
| Какао на молоке | 180 | 90,0 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 30/5 | 108,0 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,10 |
| **ОБЕД** | | |
| Суп «Метелица» на курином бульоне | 250 | 260,0 |
| Котлета куриная в соусе | 70,0 | 250,3 |
| Отварные макароны | 150 | 19,2 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 203,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,0 |
| Хлеб «Фруктовый» | 20 | 87,0 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Печенье | 45 | 94,0 |
| Чай сладкий | 180 | 43,0 |
| **УЖИН** | | |
| Омлет натуральный | 100 | 124,90 |
| Чай зеленый | 180 | 45,5 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 70,0 |

**06.07.2021г. 7–й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша манная молочная со сливочным маслом | 200 | 192,0 |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | 92,0 |
| Бутерброд с повидлом | 30/10 | 150,0 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,10 |
| **ОБЕД** | | |
| Суп гороховый на мясном бульоне кур | 250 | 134,75 |
| Азу по - татарски | 70 | 380,75 |
| Картофельное пюре | 180 | 151,56 |
| Свежий помидор кусочком | 40 | 8,05 |
| Компот из кураги | 180 | 148,00 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,0 |
| Хлеб «Ржаной» | 20 | 87 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Булочка «Ромашка» | 70 | 267,2 |
| Чай с молоком | 180 | 85,0 |
| **УЖИН** | | |
| Каша кукурузная молочная со сливочным маслом | 200 | 281,48 |
| Кисель фруктовый | 180 | 60,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 70,0 |

**07.07.2021г. 8-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша «Дружба» (пшенка + гречка) молочная со сливочным маслом | 200 | 201,0 |
| Чай на сгущенном молоке | 180 | 77,4 |
| Бутерброд с сыром | 30/10 | 14,56 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,10 |
| **ОБЕД** | | |
| Щи со сметаной на курином бульоне | 250/11 | 101,0 |
| Зразы (рис + яйцо) | 150 | 199,25 |
| Морковно – луковый маринад | 60 | 269,34 |
| Компот из шиповника | 180 | 75,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,0 |
| Хлеб «Ароматный» | 20 | 87,0 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Пряник | 65 | 164,7 |
| Молоко кипяченое | 180 | 113,54 |
| **УЖИН** | | |
| Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом | 200 | 155,00 |
| Чай с сахаром | 180 | 45,5 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 70,0 |

**08.07.2021г. 9-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша пшенная молочная со сливочным маслом | 200 | 213,0 |
| Какао на молоке | 180 | 90,00 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 30/5 | 108,0 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,10 |
| **ОБЕД** | | |
| Суп картофельный с мясными фрикадельками | 250 | 191,0 |
| Плов с курицей | 180 | 342,0 |
| Свежий огурчик кусочком | 40 | 8,05 |
| Кисель фруктовый | 180 | 12,95 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104 |
| Хлеб «Бородинский» | 20 | 87 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Калач в сахаре | 70 | 177,7 |
| Чай сладкий с лимоном | 180/10 | 45,5 |
| **УЖИН** | | |
| Солянка овощная | 180 | 104,0 |
| Чай зеленый | 180 | 73,54 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 70,0 |

**09.07.2021г. 10-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша пшеничная молочная со сливочным маслом | 200 | 281,17 |
| Кофейный напиток на сгущенном молоке | 180 | 129,51 |
| Бутерброд с повидлом | 30/10 | 150 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,10 |
| **ОБЕД** | | |
| Свекольник на курином бульоне со сметаной | 250/11 | 104,12 |
| Котлета рыбная тушеная | 70 | 90,0 |
| Картофельное пюре | 180 | 151,56 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 82,6 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,0 |
| Хлеб «Ржаной» | 20 | 87,0 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Вафли | 45,0 | 102,0 |
| Чай сладкий | 180 | 45,5 |
| **УЖИН** | | |
| Каша рисовая молочная со сливочным маслом | 200 | 244,6 |
| Чай с вареньем | 180 | 84,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 70,0 |

**12.07.2021г. 1-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша пшенная молочная со сливочным маслом | 200 | 213,00 |
| Кофейный напиток на сгущенном молоке | 180 | 102,00 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 30/5 | 108,00 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 150 | 52,10 |
| **ОБЕД** | | |
| Щи со сметаной на курином бульоне | 250/11 | 118,00 |
| Гуляш мясной | 70 | 164,8 |
| Перловая каша | 150 | 122,00 |
| Компот из кураги | 180 | 148,00 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,00 |
| Хлеб «Ржаной» | 20 | 87,00 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Вафли | 45 | 159,3 |
| Чай с лимоном | 180/10 | 47,00 |
| **УЖИН** | | |
| Омлет натуральный | 100 | 124,9 |
| Чай с вареньем | 180 | 84 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 70,00 |

**13.07.2021г. 2-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша «Колючка» молочная со сливочным маслом | 200 | 278,95 |
| Бутерброд с сыром | 30/10 | 139,00 |
| Какао на молоке | 180 | 108,00 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,10 |
| **ОБЕД** | | |
| Борщ со сметаной на курином бульоне | 250/11 | 199,6 |
| Котлета куриная | 70 | 143,00 |
| Отварная гречка | 150 | 175,33 |
| Свежий помидор кусочком | 40 | 8,05 |
| Кисель фруктовый | 180 | 112,95 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,00 |
| Хлеб «Ароматный» | 20 | 87,00 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Булочка с творогом | 70 | 153,00 |
| Чай сладкий | 180 | 45,50 |
| **УЖИН** | | |
| Суп молочный вермишелевый со сливочным маслом | 200 | 209,00 |
| Чай зеленый | 180 | 73,54 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 78,6 |

**14.07.2021г. 3-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша манная молочная со сливочным маслом | 200 | 168,12 |
| Чай с молоком | 180 | 143,7 |
| Бутерброд с вареной сгущенкой | 30/10 | 131,6 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,10 |
| **ОБЕД** | | |
| Суп с клецками на курином бульоне | 250 | 139,6 |
| Тефтели мясные | 70 | 176,5 |
| Картофельное пюре | 180 | 151,56 |
| Компот из сухофруктов | 180 | 96,7 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,0 |
| Хлеб «Отрубной» | 20 | 87,0 |
|  |  |  |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Пряник | 65 | 164,7 |
| Молоко кипяченое | 180 | 113,54 |
| **УЖИН** | | |
| Каша геркулесовая молочная со сливочным маслом | 200 | 187,0 |
| Чай с вареньем | 180 | 84,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 78,6 |

**15.07.2021г. 4-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша ячневая молочная со сливочным маслом | 200 | 204,0 |
| Кофейный напиток на молоке | 180 | 129,51 |
| Бутерброд со сливочным маслом | 30/5 | 108 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 52,1 |
| **ОБЕД** | | |
| Суп «Харчо» на мясном бульоне | 250 | 122,0 |
| Тушеная капуста с куриным мясом | 220,0 | 280,0 |
| Компот из шиповника | 180,0 | 75,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,0 |
| Хлеб «Отрубной» | 20 | 87,0 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Булочка «Детская» | 70 | 267,0 |
| Чай с молоком | 180/10 | 47,0 |
| **УЖИН** | | |
| Каша пшеничная молочная со сливочным маслом | 200 | 281,17 |
| Чай зеленый | 180 | 60,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 78,6 |

**16.07.2021г. 5-й день (3-7 лет)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Наименование блюда** | **Порция, граммы** | **Энергетическая ценность, ккал** |
| **ЗАВТРАК** | | |
| Каша кукурузная молочная со сливочным маслом | 200 | 281,48 |
| Какао на молоке | 180 | 90 |
| Бутерброд повидлом | 30/10 | 150,0 |
| **1000** | | |
| Компот из быстрозамороженной ягоды | 180 | 57,0 |
| **ОБЕД** | | |
| Суп «Рассольник» со сметаной на курином бульоне | 250/11 | 145,0 |
| Рыбная котлета | 70 | 90,0 |
| Отварной рис | 150 | 156,0 |
| Свежий огурчик кусочком | 40 | 4,9 |
| Кисель фруктовый | 180 | 60,0 |
| Хлеб «Пшеничный» | 40 | 104,00 |
| Хлеб «Ржаной» | 20 | 87 |
| **ПОЛДНИК** | | |
| Печенье | 45 | 94,0 |
| Чай с лимоном | 180/10 | 47 |
| **УЖИН** | | |
| Овощное рагу | 180 | 189,6 |
| Чай сладкий | 180 | 43,00 |
| Хлеб «Пшеничный» | 30 | 70,0 |