



Утверждаю
 Генеральный директор
 ООО "Северная Столица"
 Левин Д.А.
 _____ г.

Циклическое десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 1 года до 3 лет, посещающих с 12 часовым пребыванием дошкольные образовательные учреждения, в соответствии с физиологическими нормами потребления продуктов питания

| 1 день | 2 день | 3 день | 4 день | 5 день | 6 день | 7 день | 8 день | 9 день | 10 день |
|---|--|---|---|---|--|--|--|---|--|
| Завтрак | | | | | | | | | |
| БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30 | БУТЕРБРОД С СЫРОМ 30 | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ 30 | БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 30 |
| КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 30 | КАША ОВсяная "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155 | КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" 150 | КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155 | САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО 40 | КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ 155 | КАША ОВсяная "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155 | КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ 155 |
| ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/6/7 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 120 | КАКАО С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100 | ЧАЙ С МОЛОКОМ 180 | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | ЧАЙ С САХАРОМ 180/6 |
| | | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180 | | | | КАКАО С МОЛОКОМ 180 | | | |
| II Завтрак | | | | | | | | | |
| ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 150 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 150 | ГРУША СВЕЖАЯ 150 | СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150 | ГРУША СВЕЖАЯ 150 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 150 | ГРУША СВЕЖАЯ 150 | СОК АБРИКОСОВЫЙ 150 | БАНАН СВЕЖИЙ 100 | СОК ПЕРСИКОВЫЙ 150 |
| Обед | | | | | | | | | |
| ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 40 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 40 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40 | САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ 40 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40 | САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 40 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40 | ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ 40 | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ 40 |
| СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/10/1 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/1 | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/5/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 150/15 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 150/10 | РАССОЛЫНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5 | СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ 150/10/5/1 | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5 | РАССОЛЫНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ 150/10/5 |
| СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 60 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ 160 | ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 50/50 | ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ 60 | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150 | ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ 60 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ 60 | ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ 50 | РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ 60 | СУФЛЕ КУРИНОЕ 60 |
| ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 120 | НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА 150 | КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 120 | СОУС СМЕТАННЫЙ 20 | ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ 120 | ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ 110 | РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ) 150 | СОУС СМЕТАННЫЙ 20 | МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ 120 |
| НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ 150 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/10 | ЧАЙ С САХАРОМ 150/5 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150 | КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150 | КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА 150 | КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА НА ПЛОДОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ЭКСТРАКТАХ 150 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 120 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 150 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5/3,5 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 |
| БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | | | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 20 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 20 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15 |
| | | | | | | | | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | |
| Полдник | | | | | | | | | |
| ПЛОД ИЗ ПТИЦЫ 160 | РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ 50 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 170 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 100 | ПОМИДОР СВЕЖИЙ 50 | КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 40 | ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 40 | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 80 | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 170 | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ 40 |
| ЧАЙ С САХАРОМ 150/5 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50 | МОЛОКО КИпяченое 150 | МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ 120 | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ 120 | ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ 120 | МОЛОКО КИпяченое 150 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ 150 | ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ 120 |
| ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК 150 | НАПИТОК ЛИМОННЫЙ 150 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100 | ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5/3,5 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 25 | МАНДАРИН СВЕЖИЙ 100 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | КОМПОТ ИЗ КУРАГИ 150 |
| БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ" 50 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ПЕЧЕНЬЕ 20 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ 15 | ПЕЧЕНЬЕ 30 | БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ 50 | ПИРОЖОК ПЕЧЕННЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ 50 | ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15 |
| | БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 50 | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100 | | ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50 | ЧАЙ С САХАРОМ 150/5 | ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ 150/10 | | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100 | СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 50 |
| | | | | | | | ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 100 | | |