

МЕНЮ 1 неделя Понедельник	МЕНЮ 1 неделя Вторник
Завтрак:	Завтрак:
Суп молочный гречневый 150/170	Омлет натуральный 60/80
Чай с сахаром 150/180	Зелёный горошек 30/50
Хлеб пшеничный 25/30	Чай с сахаром 150/180
Масло сливочное 5/10	Хлеб пшеничный 25/30
Итого энергоценность завтрака: 264(21%)	Масло сливочное 5/10
2-ой Завтрак	Итого энергоценность завтрака:174(15%)
Яблоко свежее 100	
Итого энергоценность 2 завтрака: 47(4%)	
Обед:	Обед:
	Икра морковная 30/50
Суп картофельный с рисом 150/200	Борщ с картофелем и фасолью 150/200
Котлеты рубленые из птицы 60/70	Котлеты мясные 60/70
Картофельное пюре 110/130	Каша гречневая (вязкая) 110/130
Компот из сухих фруктов 150/180	Кисель из повидла 150/180
Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30
Хлеб Дарницкий 30/40	Хлеб Дарницкий 30/40
Итого энергоценность обеда: 525 (42%)	Итого энергоценность обеда:611(53%)
Полдник:	Полдник:
Чай с сахаром и лимоном 150/180	Ватрушка с повидлом 60/60
Печенье 1шт./1шт.	Сок фруктовый 100/150
Итого энергоценность полдника:86(7%)	Итого энергоценность полдника: 215(19%)
Ужин:	Ужин:
Каша пшеничная с овощами 120/170	Рагу из овощей с соусом 100/120
Какао с молоком 150/180	Чай с сахаром 150/180
Итого энергоценность ужина:340(26%)	Итого энергоценность ужина:143(13%)
За весь день:1,262 (100%)	За весь день: 1,143 (100%)

МЕНЮ 1 неделя Среда	МЕНЮ 1 неделя Четверг
Завтрак	Завтрак
Запеканка из творога 100/100	Суп молочный с пшеничной крупой 150/170
Кофейный напиток с молоком 150/180	Чай с сахаром и лимоном 150/180
Хлеб пшеничный 25/30	Хлеб пшеничный 25/30
Масло сливочное 5/10	Масло сливочное 5/10
	Сыр Российский 10/10
Итого энергоценность за завтрак: 447 (34%)	Итого энергоценность за завтрак: 302(27%)
Обед	Обед
Суп картофельный с горохом 150/200	Щи из свежей капусты и картофеля 150 /200
Биточки рыбные 60/70	Запеканка картофельная с печенью 120/15,160/20
Капуста тушёная 110/130	Компот из сухофруктов 150/180
Компот из свежих яблок 150/180	Хлеб пшеничный 20/30
Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб Дарницкий 30/40
Хлеб Дарницкий 30/40	
Итого энергоценность за обед: 491(37%)	Итого энергоценность за обед: 455(41%)
Полдник:	Полдник:
Чай с сахаром 150/180	Чай с сахаром 150/180
Вафли 1шт/1шт	Печенье 1 шт / 1шт
Итого энергоценность за полдник: 34 (3%)	Итого энергоценность за полдник: 83 (7%)
Ужин:	Ужин:
Вермишель отварная с овощами 120/150	Маннй пудинг 100/100
Какао с молоком 100/150	Сок фруктовый 150/180
Итого энергоценность за ужин: 336(26%)	Итого энергоценность за ужин: 267(25%)
За весь день: 1,338(100%)	За весь день: 1,107 (100%)

МЕНЮ

1 неделя

Пятница

Наименование блюд	Выход
Завтрак:	
Суп молочный с рисовой крупой	150/170
Чай с сахаром	150/180
Хлеб пшеничный	25/30
Масло сливочное	5/10
Итого энергоценность завтрака:	253 (22%)
2-ой Завтрак	
Сок фруктовый	100/100
Обед:	58(3%)
Закуска: Икра свекольная	30/50
Суп картофельный с геркулесовой крупой	150/200
Шницель рыбный	60/70
Каша гречневая с маслом	110/130
Компот из свежих яблок	150/180
Хлеб пшеничный	20/30
Хлеб Дарницкий	30/40
Итого энергоценность обеда:	511(44%)
Полдник:	
Булочка домашняя	60/60
Кефир	100/150
Итого энергоценность полдника:	161(11%)
Ужин:	
Котлеты капустно-морковные	100/100/4
Чай с сахаром	150/180
Итого энергоценность ужина :	176(20%)
За весь день:	1,159(100%)

Меню 2 неделя Понедельник	Меню 2 неделя Вторник
Завтрак:	Завтрак:
Суп молочный с манной крупой 150/170	Каша пшённая /вязкая/ 120/150
Чай с сахаром 150/180	Чай с сахаром 150/180
Хлеб пшеничный 25/30	Хлеб пшеничный 25/30
Масло сливочное 5/10	Масло сливочное 5/10
Итого энергоценность завтрака: 252(20%)	Итого энергоценность завтрака: 271(25%)
2-ой Завтрак	
Яблоко свежее 100/100	
Обед	Обед
Борщ с картофелем и капустой 150/200	Суп картофельный с вермишелью 150/200
Котлеты из мяса птицы 60/70	Голубцы ленивые 120/160
Каша пшеничная с маслом 110/130	Морковь отварная с маслом 20/30
Компот из сухих фруктов 150/180	Кисель из повидла 150/180
Хлеб пшеничный 20/30	Хлеб пшеничный 20/30
Хлеб Дарницкий 30/40	Хлеб Дарницкий 30/40
Итого энергоценность обеда: 514 (40,0%)	Итого энергоценность обеда: 454 (43,0%)
Полдник:	Полдник:
Пирожки с картофелем 60/60	Сок фруктовый 100/150
Кефир 100/150	Вафли 1 шт/1 шт
Итого энергоценность полдника:170(13 %)	Итого энергоценность полдника:87 (8%)
Ужин:	Ужин:
Макароны отварные с маслом 100/120	Каша гречневая с овощами 120/170
Кофейный напиток с молоком 150/180	Чай с сахаром и лимоном 150/180
Итого энергоценность ужина: 267 (24%)	Итого энергоценность ужина: 248(24%)
За весь день:1,270 (100%)	За весь день: 1,060 (100%)

МЕНЮ 2 неделя Среда		МЕНЮ 2 неделя Четверг	
Завтрак:		Завтрак:	
Сырники из творога с м/соусом	100/100	Яйцо отварное	1шт./1шт
Кофейный напиток	150/180	Икра кабачковая	30/50
Хлеб пшеничный	25/30	Чай с сахаром	150/180
Масло сливочное	5/10	Хлеб пшеничный	25/30
		Масло сливочное	5/10
Итого энергоценность завтрака: 450(33%)		Итого энергоценность завтрака: 263(24%)	
Обед:		Обед:	
		Икра свекольная	30/50
Суп картофельный с клецками	150/200	Суп картофельный с пшеном	150/200
Биточки из мяса птицы	60/70	Запеканка картофельная с печенью	120/160
Рис отварной с маслом	110/130	Компот из сушеных фруктов	150/180
Компот из свежих яблок	150/180	Хлеб пшеничный	20/30
Хлеб пшеничный	20/30	Хлеб Дарницкий	30/40
Хлеб Дарницкий	30/40	Итого энергоценность обеда: 521(48%)	
Итого энергоценность обеда: 579(38%)			
Полдник:		Полдник:	
Чай с сахаром	150/180	Чай с сахаром	100/150
Печенье	1/1	Вафли	1/1
Итого энергоценность полдника: 83 (6%)		Итого энергоценность полдника: 85(6%)	
Ужин:		Ужин:	
Биточки манные с повидлом	100/25, 100/25	Вермишель с овощами	120/170
Какао с молоком	150/180	Сок фруктовый	100/150
Итого энергоценность ужина: 267 (26%)		Итого энергоценность ужина: 268(22%)	
За весь день: 1,379(100%)		За весь день: 1,137 (100%)	

МЕНЮ
2 неделя

Пятница

Наименование блюд	Выход
Завтрак:	
Суп молочный с геркулесовой крупой	150/170
Чай с сахаром и лимоном	150/180
Хлеб пшеничный	25/30
Масло сливочное	5/10
Итого энергоценность завтрака:	253 (28%)
2-ой Завтрак	
Сок фруктовый	100/100
Обед:	
Закуска:	
Рассольник «Ленинградский»	150/200
Капуста тушеная	110/130
Шницель из рыбы	60/70
Компот из свежих яблок	150/180
Хлеб пшеничный	20/30
Хлеб Дарницкий	30/40
Итого энергоценность обеда:	466(42%)
Полдник:	
Чай с сахаром	150/180
Печенье	1/1
Итого энергоценность полдника:	83(7%)
Ужин:	
Котлеты картофельные с маслом	100/4,100/4
Кофейный напиток с молоком	150/180
Итого энергоценность ужина :	250(28%)
За весь день:	1,110(100%)