

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МБ-ДОУ «ДС № 305 г. Челябинска»

Н.И.Пашенко

Приказ № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ 2024

Дни недели

Приём пищи	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	понедельник	вторник	среда	четверг	пятница	
завтрак	- каша пшеничная 154/174 -кофейный напиток на стуженном молоке 150/180 - батон с маслом 46/46 <b>Выход: 350/400</b> Сок 100/100	- каша овсяная «Геркулес» 154/174 - 1/2 яйцо отварное 10/10 - какао с молоком 150/180 - батон с маслом 36/36 <b>Выход: 350/400</b>	каша ячневая 154/174 кофейный напиток с молоком 150/180 - батон с маслом 36/36 - сыр 10/10 <b>Выход: 350/400</b> Сок 100/100	- каша рисовая «Геркулес» жидкая 154/174 -кофейный напиток с молоком 150/180 - батон с маслом 36/36 <b>Выход: 340/390</b> Сок 100/100	- запеканка из творога 110/130 - стуженное молоко 35/35 -кофейный напиток с молоком 150/180 - батон с маслом 35/35 <b>Выход: 330/380</b> Сок 100/100	- каша манная 154/174 - кофейный напиток на стуженном молоке 150/180 - батон с маслом 46/46 <b>Выход: 350/400</b> Сок 100/100	- каша пшеничная 154/174 - кофейный напиток с молоком 150/180 - батон с маслом 36/36 - сыр 10/10 <b>Выход: 350/400</b>	- каша пшеничная 154/174 - кофейный напиток с молоком 150/180 - батон с маслом 36/36 - сыр 10/10 <b>Выход: 350/400</b> Сок 100/100	- запеканка из творога 110/130 - соус сметанный 154/174 - сладкий 30/30 -кофейный напиток с молоком 150/180 - батон с маслом 40/40 <b>Выход: 330/380</b> Сок 100/100	- яйцо отварное 40/40 - каша гречневая 154/174 - кофейный напиток с молоком 150/180 - батон с маслом 36/36 <b>Выход: 380/430</b>	- запеканка из творога 110/130 - стуженное молоко 35/35 - кофейный напиток на молоке 150/180 - батон с маслом 35/35 <b>Выход: 330/380</b> Сок 100/100
обед	- салат из свеклы 30/50 - суп картофельный с рыбной консервы 150/200 - гуляш из свинины- 60/80 - гречка отв. рассып 110/130 - компот из сух-тов 150/180 - хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 540/690</b>	- салат из лука 30/50 Свекольник со сметаной 150/200 Плов из отварного мяса птицы 170/200 - компот из яблок 150/180 - хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 510/630</b>	- суп с зеленым горошком 150/200 - азу по-татарски (свинина) 170/200 - компот из яблок 150/180 - хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 510/630</b>	Икра кабачковая 30/50 Борщ со сметаной 150/200 Суфле «вкусняшка» из печени 60/80 Макарон. изделия с маслом 100/120 Компот из смеси Сух-тов 150/180 Хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 530/680</b>	- рассольник ленинградский со сметаной 150/200 - кури порционные 60/70 -картофельное пюре 110/130 - компот из сух-тов 150/180 - хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 510/630</b>	- салат из свеклы с яблоком 40/60 - щи с капустой, картофелем и с сметаной 150/200 - печенье по – строгоновски с соусом 90/110 -отв. картофель 100/130 - компот из сух-тов 150/180 Хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 570/730</b>	- суп гороховый 150/200 - суп из кур с рисом 90/105 - капуста тушенная 130/150 - компот из смеси сух-тов 150/180 - хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 560/675</b>	- салат ломтик 30/50 - суп овощной со сметаной 150/200 - гуляш «Обжорка» из свинины 60/80 - отварная перловка 110/130 - компот из сух-тов 150/180 - хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 540/690</b>	- суп картофельный с клецками 150/200 -куры порционные 60/70 Картофельное пюре 110/120 - компот из сухофруктов 150/180 - хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 540/620</b>	- салат из лука 20/3 - суп полевой со сметаной 150/200 - котлета из свинины 60/80 - овощи тушенные 110/120 - компот из смеси сух-тов 150/180 - хлеб ржаной 40/50 <b>Выход: 530/660</b>	
полдник	-молоко 150/200 - булочка сырная 50/70 <b>Выход: 200/250</b>	-молоко 150/200 - вафли 30/50 <b>Выход: 180/250</b>	- кефир 150/200 -булочка Дорожная 50/70 <b>Выход: 200/270</b>	- молоко 150/200 - печенье 20/40 <b>Выход: 170/220</b>	-молоко 150/200 Яблоко 150/150 <b>Выход: 300/330</b>	- молоко 150/200 - булочка домашняя 50/70 <b>Выход: 210/260</b>	-молоко 150/200 - вафли 30/50 <b>Яблоко 150/150</b> <b>Выход: 330/380</b>	- кефир 150/200 -слоба 30/70 <b>Выход: 200/250</b>	- сок 130/150 - гренки с сыром 35/50 <b>Выход: 165/200</b>	- молоко 150/200 - вафли 30/50 <b>Выход: 320/390</b>	
ужин	- рыба запеченная под молочным соусом 100/120 - картофельное пюре 110/120 - чай с сахаром 150/180 - хлеб пшеничный 30/40 Яблоко 150/150 <b>Выход: 380/450</b>	- запеканка из творога 110/130 - соус сметанный 150/180 - сладкий 20/30 - чай с сахаром 150/180 - хлеб пшеничный 30/40 Яблоко 150/150 <b>Выход: 460/530</b>	- омлет натуральный 130/150 -морковь в молочном соусе 90/110 Чай с сахаром 150/180 - хлеб пшеничный 30/40 <b>Выход: 400/480</b>	- капуста тушенная 110/130 - яйцо отварное 40/40 - каша перловая рассыпчатая с овощами 110/130 - чай с сахаром 150/180 - хлеб 30/40 <b>Выход: 330/390</b>	- котлеты рыбные 50/70 - каша перловая с овощами 110/130 - чай с сахаром 150/180 - хлеб 30/40 <b>Выход: 380/450</b>	- яйцо отварное 40/40 - отварные макароны с овощами 110/130 - чай с сахаром 150/180 - хлеб 20/30 <b>Выход: 300/340</b>	- рыба запечен. в омлете 150/160 - чай с сахаром 150/180 - хлеб 30/40 <b>Выход: 330/380</b>	- рату из овощей 150/200 - чай с сахаром 150/180 - хлеб 20/30 <b>Выход: 200/250</b>	- рыба тушенная в томате с овощами 150/200 - макароны отварные с овощами 110/120 - чай с сахаром 150/180 - хлеб 30/40 <b>Выход: 440/560</b>	- салат из свеклы зеленым горошком 30/50 - омлет натуральный 130/150 - чай с сахаром 150/180 - хлеб 20/30 <b>Выход: 320/390</b>	

1570/4890/860 1560/1880 1560/1860 1525/1815/70/1835 161640/1980 1525/1810 1620/1970/440