

СОГЛАСОВАНО

директор ООО "Альянс"
 Г. Г. Кривошаев И.И.



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "Альянс"

Романов Р. Г.

Меню на понедельник

1 день

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|--|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша геркулесовая молочная | 200 | 186,38 | 150 | 144,835 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 118,524 | 180 | 103,44 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Кабачковая икра | 50 | 47,216 | 30 | 28,148 |
| | Суп из овощей на курином бульоне со сметаной | 200/7 | 99,65 | 150/5 | 72,36 |
| | Гуляш из птицы | 80 | 254,468 | 60 | 197,73 |
| | Каша гречневая рассыпчатая | 130 | 152,27 | 110 | 130,71 |
| | Компот из ягод | 200 | 64,05 | 150 | 51,24 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| Полдник: | Омлет натуральный | 100 | 135,47 | 80 | 113,77 |
| | Зеленый горошек консервированный | 50 | 30 | 30 | 18 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 77,7 | 20 | 51,8 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 162,6 | 30 | 162,6 |

СОГЛАСОВАНО

директор МБОУ СОШ № 2
 Е. Кривоногова И.И.



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "АЛЬЯНС"

Романов Р. Г.

Меню на вторник

2 день

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша рисовая молочная | 200 | 179,68 | 150 | 141,75 |
| | Какао с сахаром и молоком | 200 | 127,657 | 180 | 106,109 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Салат "Витаминный" | 60 | 59,3796 | 40 | 39,4154 |
| | Суп с рыбными консервами | 200 | 134,19 | 150 | 99,5 |
| | Оладьи из печени / Суфле из печени | 70 | 195,68 | 60 | 176,8 |
| | Картофельное пюре | 150 | 186,16 | 120 | 149,51 |
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 58,22 | 150 | 47,42 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| | Макаронны отварные с сыром | 120 | 202,1 | 100 | 150,825 |
| Полдник: | Хлеб пшеничный | 30 | 77,7 | 20 | 51,8 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Фрукт свежий | 150 | 70,5 | 150 | 70,5 |
| | | | | | |

СОГЛАСОВАНО

директор МБДОУ "СШ №2"
С.В. Кривонозова И.И.



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "Альянс"

Романов Р. Г.

Меню на среду**3 день**

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|-------------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша манная молочная | 200 | 182,96 | 150 | 145,03 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| | Сыр | 14 | 50,75 | 9 | 32,9 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Салат из свеклы отварной | 60 | 66,85 | 40 | 47,78 |
| | Суп вермишелевый на курином бульоне | 200 | 111,38 | 150 | 86,2 |
| | Котлета рубленая куриная | 70 | 296,63 | 60 | 253,84 |
| | Рис отварной с овощами | 150 | 180,28 | 120 | 136,8 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 42,525 | 150 | 37,212 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| Полдник: | Пудинг творожный | 130 | 298,78 | 100 | 185,61 |
| | Соус сметанный сладкий | 30 | 54,39 | 20 | 35,72 |
| | Кисломолочный напиток с сахаром | 180 | 138,12 | 150 | 108,45 |
| | Кондитерское изделие | 40 | 180,4 | | |

СОГЛАСОВАНО

директор ООО "Альянс"
 И.И. Кривалосов



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "Альянс"
 Романов Р. Г.

Меню на четверг

4 день

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|---|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша пшенная молочная | 200 | 181,39 | 150 | 143,1 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 118,524 | 180 | 103,44 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Огурец соленый | 50 | 7,15 | 30 | 4,29 |
| | Свекольник на курином бульоне со сметаной | 200/7 | 119,65 | 150/5 | 87,56 |
| | Суфле куриное | 70 | 292,64 | 60 | 253,93 |
| | Макаронные отварные | 150 | 188,83 | 120 | 155,03 |
| | Кисель плодово-ягодный | 200 | 92,75 | 150 | 95,45 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| Полдник: | Тефтели рыбные тушеные с овощами | 150 | 255,14 | 120 | 211,78 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 129,5 | 40 | 103,6 |
| | Повидло | 20 | 50 | 20 | 50 |

СОГЛАСОВАНО

директор ООО "Альянс"
С. П. Кривоносова и.ч.



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "Альянс"

Романов Р. Г.

Меню на пятницу**5 день**

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|--|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша "Дружба" (геркулесово-гречневая) | 200 | 182,41 | 150 | 134,48 |
| | Какао с сахаром и молоком | 200 | 127,657 | 180 | 106,109 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Салат из свежей капусты | 60 | 55,25 | 40 | 35,27 |
| | Рассольник на мясном бульоне со сметаной | 200/7 | 123,69 | 150/5 | 90,43 |
| | Запеканка картофельная с отварным мясом | 180 | 348,22 | 160 | 303,5 |
| | Соус сметанный | 20 | 22,88 | 15 | 9,82 |
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 58,22 | 150 | 47,42 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| | Яйцо отварное | 50 | 78,5 | 50 | 78,5 |
| Полдник: | Ватрушка с творогом | 80 | 301,725 | 80 | 301,725 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Фрукт свежий | 150 | 70,5 | 150 | 70,5 |

СОГЛАСОВАНО

директору МБОУ СОШ № 4
 И.И. Кривонозова и.и.



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "Альянс"

Романов Р. Г.

Меню на понедельник

6 день

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|---|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша геркулесовая молочная | 200 | 186,38 | 150 | 144,835 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 118,524 | 180 | 103,44 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Салат из моркови | 50 | 48,01 | 30 | 26,28 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне | 200 | 105,615 | 150 | 80,23 |
| | Плов из птицы | 200 | 433,45 | 160 | 345,4 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 42,525 | 150 | 37,212 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| Полдник: | Сырники творожные со сгущенным молоком | 130/20 | 375,79 | 100/20 | 341,99 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Фрукт свежий | 150 | 70,5 | 150 | 70,5 |

СОГЛАСОВАНО

директор МБДУ "СММ" *А.И. Дриганов*



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "АЛЬЯНС"

Романов Р. Г.

Меню на вторник**7 день**

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|-------------------------------|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша "Дружба" молочная | 200 | 180,58 | 150 | 140,76 |
| | Какао с сахаром и молоком | 200 | 127,657 | 180 | 106,109 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| | Сыр | 14 | 50,75 | 9 | 32,9 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Огурец соленый | 50 | 7,15 | 30 | 4,29 |
| | Борщ со сметаной | 200/7 | 125,192 | 150/5 | 91,85 |
| | Жаркое по-домашнему с сердцем | 200 | 352,57 | 160 | 276,14 |
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 58,22 | 150 | 47,42 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| Полдник: | Рыба, запеченная в омлете | 120 | 191,58 | 100 | 150,84 |
| | Кабачковая икра | 50 | 47,216 | 30 | 28,148 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 77,7 | 20 | 51,8 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Кондитерское изделие | 40 | 180,4 | 20 | 90,2 |

СОГЛАСОВАНО

директор ООО "Альянс"
Романов Р. Г.



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "Альянс"

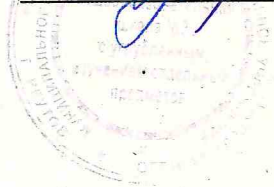
Романов Р. Г.

Меню на среду8 день

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|----------------------------|------------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша гречневая молочная | 200 | 174,93 | 150 | 134,92 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 118,524 | 180 | 103,44 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Салат из свежей капусты | 60 | 55,25 | 40 | 35,27 |
| | Суп гороховый с мясом | 200 | 175,85 | 150 | 130,34 |
| | Шницель мясной | 70 | 214,46 | 60 | 178,49 |
| | Макаронны отварные | 150 | 188,83 | 110 | 138,28 |
| | Компот из ягод | 200 | 64,05 | 150 | 51,24 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| | Полдник: | Винегрет овощной | 150 | 193,41 | 100 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 77,7 | 20 | 51,8 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Булочка домашняя | 50 | 171,49 | 50 | 171,49 |

СОГЛАСОВАНО

*директор МБОУ СШ № 2
г. Кривоголово Ж.И.*



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "АЛЬЯНС"
Романов Р. Г.

Меню на четверг

9 день

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|---|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Вермишель отварная молочная | 200 | 190,62 | 150 | 132,36 |
| | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Салат из зеленого горошка с соленым огурцом | 60 | 69,12 | 40 | 52,01 |
| | Щи из свежей капусты с курами со сметаной | 200/7 | 154,96 | 150/5 | 113,845 |
| | Котлета рыбная | 80 | 150,15 | 60 | 113,5 |
| | Картофельное пюре | 150 | 186,16 | 120 | 149,51 |
| | Компот из сухофруктов | 200 | 42,525 | 150 | 37,212 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| Полдник: | Запеканка творожно-рисовая | 130 | 272,9 | 100 | 213,605 |
| | Кисель плодово-ягодный | 30 | 11,3 | 20 | 8,25 |
| | Чай с сахаром и молоком | 200 | 88 | 180 | 78 |
| | Кондитерское изделие | 30 | 162,6 | | |

СОГЛАСОВАНО

Директор МБДОУ "СШ № 2"
В. В. Кривошелева и.и.



УТВЕРЖДАЮ

Ген. директор ООО "Альянс"

Романов Р. Г.

Меню на пятницу10 день

| Приём пищи | Наименование блюда | 3-7 лет | | 1-3 года | |
|-----------------|--|-----------------|---------------------|-----------------|---------------------|
| | | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) | Выход блюда (г) | Калорийность (Ккал) |
| Завтрак: | Каша манная молочная | 200 | 182,96 | 150 | 145,03 |
| | Какао с сахаром и молоком | 200 | 127,657 | 180 | 106,109 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 103,6 | 30 | 77,7 |
| | Масло сливочное | 5 | 33,05 | 5 | 33,05 |
| | Сыр | 14 | 50,75 | 9 | 32,9 |
| Второй завтрак: | Сок | 100 | 46 | 100 | 46 |
| Обед: | Салат из свеклы отварной | 60 | 66,85 | 40 | 47,78 |
| | Суп картофельный с крупой на курином бульоне | 200 | 119,93 | 150 | 92,055 |
| | Голубцы ленивые с курами | 200 | 388,73 | 160 | 310,64 |
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 58,22 | 150 | 47,42 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 89,1 | 36 | 71,28 |
| | Оладьи | 120 | 340,9 | 100 | 272,3 |
| | Повидло | 20 | 50 | 15 | 37,5 |
| Полдник: | Чай с сахаром | 200 | 40,04 | 180 | 36,022 |
| | Фрукт свежий | 150 | 70,5 | 150 | 70,5 |