



Перспективное меню сезонное лето-осень на 14 дней по возрастам с 6-11лет и с 11-18лет
1 неделя

	1 день пн	2 день вт	3 день ср	4 день чт	5 день пт	6 день сб	7 день вс	
Завтрак1	Суп молочный с рисовой крупой-250/300г	Суп молочный гречневой крупой-250/300г	Каша молочная «Букет»-200/250г	Суп молочный макаронными изделиями-250/300г	Каша молочная манная -200/250г	Каша молочная ячневая -200/250г	Суп молочный пшениной крупой-250/300г	
		Яйцо-40г	Сыр порционный -24г		Яйцо-40г	Яйцо-40г	Сыр порционный -24г	
	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 Масло порционное-20г
	Чай сладкий с молоком-200	Какао-200г	Чай сладкий с молоком-200	Цикорий-200г	Какао-200г	Цикорий-200г	Какао-200г	
Завтрак2	Омлет 150/200/250г	Печенье-30г	Вафли-25г	Драчена -150/200/250г	Пряники-25г	Вафли-25г	Печенье-30г	
	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	
Обед	Салат из свеклы 100/150г	Салат витаминный 100/150	Салат из моркови-100/150г	Салат из свеклы с сыром-100/150г	Салат из моркови и яблок-100/150г	Салат винегрет 100/150г	Салат из капусты и изюмом-100/150г	
	Борщ с фасолью на м/к бульоне250/300г	Суп харчо на м/к-250/300г	Щи из св.капусты на м/к бульоне-250/300г	Суп картофельный перловой кр. на м/к бульоне-250/300г	Борщ «Сибирский» на м/к бульоне-250/300г	Суп гороховый на м/к бульоне-250/300г	Суп картофельный рисовой кр. на м/к бульоне-250/300г	
	Каша перловая с мясом 200/250г	Рагу овощное с птицей -200/250г	Картофель отварной150/180г Сельдь соленая 150/180г	Голубцы ленивые -200/250г	Пшеничная каша-150/180г Рыба притушенная с овощами-150/180г	Капуста тушённая 150/180г Соуски -150/180г	Картофельное пюре 150/180г Котлета рыбная / соус-150/180г	
	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок-200г	
Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	
Полдник	Апельсины-250г	Яблоки-250г	Бананы-250г	Груши-250г	Яблоки -250г	Бананы-250г	Апельсины-250г	
	Пряники-25г	Пудинг из творога со сметаной-200/250г	Булочка с изюмом- 100г	Пряники -25г	Пирожки с курагой-120г	Запеканка морковная с творогом-200/250г	Запеканка творожная с сахаром-200/250г	
Ужин	Кефир -200г	Био+С-200г	Ряженка-200г	Био+С-200г	Кефир-200г	Ряженка-200г	Био+С-200г	
	Картофель тушённый с мясом-200/250г	Каша ячневая-150/180г Рыба запечённая с подливом -150/180г	Макароны-150/180г Соус/Соуски- 150/180г	Картофельное пюре150/180г Бифстроганов -150/180	Плов с птицей 200/250г	Мясо духовое -200/250г	Каша гречневая -150/180г Гуляш из говядины-150/180г	
	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	
	Чай сладкий -200г	Чай сладкий с молоком-200	Чай сладкий -200г	Чай сладкий -200г	Чай сладкий с молоком-200	Чай сладкий с молоком-200	Чай сладкий -200г	
				Сыр порционный -24г				



Перспективное меню сезонное зима-весна на 14 дней по возрастам с 6-11 лет и с 11-18 лет
2 неделя

	8 день пн	9 день вт	10 день ср	11 день чт	12 день пт	13 день сб	14 день вс	
Завтрак1	Суп молочный пшеничной крупой-250/300г	Суп молочный гречневой крупой 250/300г	Каша молочная «Букет»-200/250г	Суп молочный макаронными изделиями 250/300г	Каша молочная манная -200/250г	Каша молочная ячневая -200/250г	Суп молочный пшеничной крупой-250/300г	
		Яйцо-40г	Сыр порционный -24г		Яйцо-40г	Яйцо-40г	Сыр порционный -24г	
	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г
	Чай сладкий с молоком-200	Какао-200г	Чай сладкий с молоком-200	Цикорий-200г	Какао-200г	Цикорий-200г	Какао-200г	
Завтрак2	Омлет 150/200/250г	Печенье-30г	Вафли-25г	Драчена -150/200/250г	Пряники-25г	Вафли-25г	Печенье-30г	
	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	
Обед	Салат из свеклы -100/150г	Салат витаминный 100/150	Салат из моркови/100/150г	Салат из свеклы с сыром/100/150г	Салат из моркови и яблок-100/150г	Салат винегрет 100/150г	Салат из капусты и изюмом-100/150г	
	Борщ с фасолью на м/к бульоне-200/250/300г	Суп харчо на м/к-200/250/300г	Щи из св.капусты на м/к бульоне-200/250/300г	Суп картофельный перловой кр. на м/к бульоне-200/250/300г	Борщ «Сибирский» на м/к бульоне-200/250/300г	Суп гороховый на м/к бульоне-200/250/300г	Суп картофельный рисовой кр. на м/к бульоне-200/250/300г	
	Каша перловая с мясом -200/250г	Рагу овощное с птицей -200/250г	Картофель отварной150/180г Сельдь соленая 150/180г	Голубцы ленивые -200/250г	Пшеничная каша-150/180г Рыба притушенная с овощами-150/180г	Капуста тушённая 150/180г Сосиски -150/180г	Картофельное пюре 150/180г Котлета рыбная 150/180г	
	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок-200г	
	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	
Полдник	Апельсины-250г	Яблоки-250г	Бананы-250г	Груши-250г	Яблоки -250г	Бананы-250г	Апельсины-250г	
	Пряники-25г	Пудинг из творога со сметаной-200/250г	Булочка с изюмом- 100г	Пряники -25г	Пирожки с курагой-120г	Запеканка морковная с творогом-/200/250г	Запеканка творожная с сахаром-200/250г	
Ужин	Кефир -200г	Био+С-200г	Ряженка-200г	Био+С-200г	Кефир-200г	Ряженка-200г	Био+С-200г	
	Картофель тушённый с мясом-200/250г	Каша ячневая-150/180г Рыба запечённая с подливом -150/180г	Макароны-150/180г Соус/Сосиски- 150/180г	Картофельное пюре150/180г Бифстроганов -150/180	Плов с птицей 200/250г Сыр порционный -24г	Мясо духовое -200/250г	Каша гречневая 150/180г Гуляш из говядины-150/180г	
	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	
	Чай сладкий -200г	Чай сладкий с молоком-200	Чай сладкий -200г	Чай сладкий -200г	Чай сладкий с молоком-200	Чай сладкий с молоком-200	Чай сладкий -200г	



Перспективное меню сезонное лето-осень на 14 дней по возрастам с 6-11 лет и с 11-18 лет
2 неделя

	8 день пн	9 день вт	10 день ср	11 день чт	12 день пт	13 день сб	14 день вс	
Завтрак1	Каша «Дружба» с изюмом- 200/250г	Суп молочный пшеничный250/300г	Каша манная молочная- 200,250г	Каша молочная рисовая- 200,250г	Каша молочная пшеничная-200,250г	Суп молочный гречневой крупой-250/300г	Каша ячневая молочная- 200/250г	
		Яйцо-40г(1шт)	Яйцо-40г(1шт)		Сыр порционный -24г	Яйцо-40г(1шт)	Сыр порционный -24г	
	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г
	Чай сладкий с молоком- 200	Какао-200г	Чай сладкий с молоком- 200г	Цикорий-200г	Какао-200г	Цикорий-200г	Какао-200г	
Завтрак2	Омлет-200/250г	Пряники-25г	Вафли-25г	Драчена -200/250г	Пряники-25г	Вафли-25г	Печенье-25г	
	Сок -200г	Компот из сухофруктов - 200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов - 200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	
Обед	Салат из свеклы с изюмом -100/150	Салат из моркови- 100/150г	Салат винегрет 100/150г	Салат из моркови и яблок- 100/150г	Салат витаминный- 100/150г	Салат из свеклы с сыром- 100/150г	Салат из капусты -100/150г	
	Борщ «Сибирский» на м/к бульоне-250/300г	Суп картофельный макаронными изд. на м/к-250/300г	Суп гороховый на м/к бульоне-250/300г	Борщ с фасолью на м/к бульоне-250/300г	Суп картофельный пшеничной кр. на м/к бульоне-250/300г	Щи по-уральски на м/к бульоне-250/300г	Суп картофельный перловой кр. на м/к бульоне-250/300г	
	Каша рисовая -150/180г Гуляш из говядины- 150/180г	Капуста тушённая с мясом -200/250г	Каша перловая с мясом - 200/250г	Каша ячневая-150/180г Соус красный / Биточки- 150/180	Картофель отварной- 150/180г Сельдь солёная -150/180г	Жаркое по-домашнему с мясом-200/250г	Картофель тушённый с мясом -200/250г г	
	Компот из сухофруктов - 200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов - 200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов - 200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов - 200г	
	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	
Полдник	Бананы-250г Печенье-25г	Апельсины -250г Пудинг из творога со сметаной -200/250г	Груши -250г Булочка с изюмом- 100г	Яблоки-250г Печенье-25г	Апельсины -250г Пирожки с курагой-120г	Бананы-250г Запеканка морковная с творогом-200/250г	Яблоки-250г Творожная запеканка с сахаром -200/250г	
	Кефир-200г	Био+С-200г	Ряженка-200г	Кефир-200г	Био+С-200г	Ряженка-200г	Био+С-200г	
Ужин	Картофельное пюре - 150/180г Рыба притушенная с овощами -150/180	Плов с птицей -200/250г	Картофельное пюре - 150/180г Рыба тушеная в томатном соусе с овощами-150/180г	Рагу овощное с птицей - 200/250	Макароны -150/180г Соус красный/ Сосиска 150/180г	Голубцы ленивые 200/250г	Каша гречневая -150/180г Бефстроганов -150/180	
	Чай сладкий -200г Сыр порционный -24г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Чай сладкий с молоком- 200 Сыр порционный -24г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	
	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Чай сладкий с молоком- 200	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Чай сладкий -200	200г Чай сладкий -200	Чай сладкий с молоком-200	Чай сладкий с молоком-200	



Перспективное меню сезонное зима-весна на 14 дней по возрастам с 6-11 лет и с 11-18 лет
1 неделя

	1 день пн	2 день вт	3 день ср	4 день чт	5 день пт	6 день сб	7 день вс	
Завтрак1	Каша ячневая молочная-200/250г	Суп молочный пшеничный-250/300г	Каша манная молочная-200/250г	Каша молочная рисовая-200/250г	Каша молочная пшеничная-200/250г	Суп молочный гречневой крупой-250/300г	Каша «Дружба» с изюмом-200/250г	
		Яйцо-40г(1шт)	Яйцо-40г(1шт)		Сыр порционный -24г	Яйцо-40г(1шт)	Сыр порционный -24г	
	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г
	Чай сладкий с молоком-200	Какао-200г	Чай сладкий с молоком-200г	Цикорий-200г	Какао-200г	Цикорий-200г	Какао-200г	
Завтрак2	Омлет-150/200/250г	Пряники-25г	Вафли-25г	Драчена -150/200/250г	Пряники-25г	Вафли-25г	Печенье-30г	
	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	
Обед	Салат из свеклы с изюмом -100/150	Салат из моркови-100/150г	Салат винегрет 100/150г	Салат из моркови и яблок-100/150г	Салат витаминный-100/150г	Салат из свеклы с сыром-100/150г	Салат из капусты 100/150г	
	Борщ «Сибирский» на м/к бульоне-250/300г	Суп картофельный макаронными изд. на м/к-250/300г	Суп гороховый на м/к бульоне-250/300г	Борщ с фасолью на м/к бульоне-250/300г	Суп картофельный пшеничной кр. на м/к бульоне-250/300г	Щи по-уральски на м/к бульоне-250/300г	Суп картофельный перловой кр. на м/к бульоне-250/300г	
	Картофельное пюре 150/180г Рыба притушенная с овощами -150/180	Капуста тушеная с мясом -200/250г	Каша перловая с мясом -200/250г	Каша ячневая 150/180г Соус красный / Биточки-150/180	Картофель отварной-150/180г Сельдь солёная -150/180г	Жаркое по-домашнему с мясом-200/250г	Картофель тушеный с мясом -200/250г	
	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	Сок -200г	Компот из сухофруктов -200г	
Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г	Хлеб пшеничный 100г Хлеб ржаной 50 г		
Полдник	Бананы-250г	Апельсины -250г	Груши -250г	Яблоки-250г	Апельсины -250г	Бананы-250г	Яблоки-250г	
	Печенье-25г	Пудинг из творога со сметаной -200/250г	Булочка с изюмом- 100г	Печенье-30г	Пирожки с курагой-120г	Запеканка морковная с творогом-200/250г	Творожная запеканка с сахаром -200/250г	
	Кефир-200г	Био+С-200г	Ряженка-200г	Кефир-200г	Био+С-200г	Ряженка-200г	Био+С-200г	
Ужин	Каша рисовая -150/180г Гуляш из говядины-150/180г	Плов с птицей -200/250г	Картофельное пюре -150/180г Рыба тушеная в томатном соусе с овощами-150/180г	Рагу овощное с птицей -200/250г	Макароны -150/180г Соус красный/ Сосиска 150/180г	Голубцы ленивые 200/250г	Каша гречневая 150/180г Бефстроганов -150/180г	
	Чай сладкий -200г Сыр порционный -24г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Чай сладкий с молоко.200 Сыр порционный -24г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	
	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Чай сладкий с молоком-200	Хлеб пшеничный 50г Хлеб ржаной 50 г Масло порционное-20г	Чай сладкий -200	200г Чай сладкий -200	Чай сладкий с молоком-200	Чай сладкий с молоком-200	